



Foto - E. Gabranovs

Katrs atsevišķi, bet ne visi kopā

Aicina talkot! Pasākuma "Talkošanas rallijs" koordinatore Balvu novadā Agate Vanaga (foto) mudina būt aktīviem gan rallijā, gan Lielās talkas dienā. Sēdīen viņa kopā ar ģimeni plāno sakopt vecā dzelzceļa Sitas stacijas peronu.

Edgars Gabranovs

Šonedēļ Latvijā un Krievijā septiņās vietās - Viļānos, Balvos, Smiltēnē, Viļākā, Krasnogorodskā, Pitalovā un Palkinā – ikvienam interesentam ir iespēja piedalīties "Talkošanas rallijā". Tāpat izsoļojot 6 000, 10 000 vai 14 000 soļus, ir iespēja saņemt vienu no videi draudzīgām balvām.

Talkot var individuāli, ar draugu vai savu ģimeni, neaizmirstot par valstī noteiktajiem vīrusa Covid-19 pandēmijas izplatības ierobežojumiem. Lai teritorijas uzkopšana nebūtu tik vienmuļa, pasākuma organizatori sagatavojuši viktorīnas jautājumus par atkritumu šķirošanu un interaktīvus uzdevumus – "1000 soļi preti sakoptai videi", "Talkošanas sauklis", "Priekšmeta otrā dzīve". Akcijas koordinatore Balvu novadā Agate Vanaga informē, ka speciālos maisus

var saņemt pašvaldības iestādē "San-Tex" vai savā pagasta pārvaldē, saskaņojot savu talkošanas lokāciju. Kāpēc? Lai maisus pēc tam var savākt. Turklāt, ja izpildīsiet kādu uzdevumu, nofotografēsiet savu izpildīto darbu un to atsūtīsiet, varēsiet saņemt balvu." Tautā, vai iedzīvotāji, viņasprāt, kļūst videi draudzīgāki, Agate neslēpj, ka grib tam ticēt: "Tomēr joprojām pietiek arī cūkmenu. Tāpat ir cilvēki, kuri domā, ka talkas nav nepieciešamas, jo neapzinīgi, redzot, ka citi sakopj viņu piemēsloto, turpinās to darīt uz nebeidu."

Atgādinām, ka šogad, kā ierasts, Lielā talka notiks pēdējā aprīļa sestdienā – 24.aprīlī. Ņemot vērā apstākļus, šogad Lielās talkas vadmotīvs ir: "Par zaļu Latviju – katrs atsevišķi, bet visi kopā!"

Īsziņas



pastkastītēs, un šī informācija būs pieejama arī esošajās nodaļas telpās.

Aicina pieteikt pretendentes konkursam "Sējējs 2021"

Latvijas Lauksaimniecības kooperatīvu asociācija (LLKA) līdz 14.maijam aicina lauku attīstības konsultantus, pašvaldības, kā arī lauksaimnieku un pārtikas ražotāju nevalstiskās organizācijas izvirzīt pretendentes Zemkopības ministrijas konkursa "Sējējs 2021" nominācijā "Gada veiksmīgākā kopdarbība". Konkursa dalībniekus šogad vērtēs arī vēl sešās nominācijās – "Gada lauku saimniecība", "Gada uzņēmums pārtikas ražošanā", "Ģimene lauku sētā", "Jaunais veiksmīgais zemnieks", "Bioloģiskā lauku saimniecība" un "Gada LEADER projekts vietējā rīcības grupā". Vairāk informācijas www.sejajs.lv.

Nākamajā adugunī

- **Atmiņas silda**
Raksta dzeju par Bērzpili
- **Ejam ēst, Muri!**
Komati glābj dzīvības

Covid-19

(18.aprīlis)

Baltinavas novads 1-5
Balvu novads 55
Rugāju novads 1-5
Viļakas novads 21

Pasta nodaļai Baltinavā būs jauna mājvieta

Baltinavas pasta nodaļa ar 2021.gada 12.maiju sāks darbu jaunās telpās Baltinavas novada pašvaldībā, Kārsavas ielā 16. Jaunās telpas atradīsies netālu no līdzšinējās apkalpošanas vietas un būs komfortablākas gan apmeklētājiem, gan darbiniekiem (lai pasta pakalpojumi būtu pieejami arī klientiem ar kustību traucējumiem un jaunajiem vecākiem ar bērnu ratiņiem, pie nodaļas būs izvietota speciāla zvana poga, kuru varēs atpazīt pēc īpašas piktoqrammas). Nodaļas darba laiks saglabāsies nemainīgs, bet sakarā ar pārceļšanās darbiem tas būs mainīts 11. un 12.maijā. Baltinavas iedzīvotājus par pasta nodaļas adreses izmaiņām informēs ar paziņojumiem

Vārds žurnālistam

Ingrīda Zinkovska

Pirms nedēļas, kad darbu atsāka mazie veikaliņi un tirdziņi, kas sakarā ar valsti noteiktajiem ierobežojumiem bija slēgti, pabiju Rēzeknē, kur apmeklēju arī tautā tā saukto "veco tirgu", kas saistās ar bērniības atmiņām. Biju pārsteigta. Nojume, kur agrāk savu preci piedāvāja vairāk nekā desmit tirgotāji, nojaukta, būvmateriāli salikti kaudzītē. Uz jautājumu: "Kur visi palikuši?!", vienīgais vīrietis, kas vēl šajā vietā tirgojās, noteica: "Pircēju nav, visi aizbraukuši, bet tirgotājiem uzlikti lieli nodokļi." Arī Balvos viens otrs bažijas, vai pēc *cietstāves*, ja tā var izteikties, kāds no mazajiem veikaliņiem nebūs *aizgājis pa burbuli*. Tas nebūt nenozīmē, ka balveniešiem ir tik daudz naudas, ka viņi nezinātu, kur to likt un būtu gatavi izpirkt vai visas preces visos veikalos un tirgū. Vienkārši katram pircējam ir sava gaume un savas prasības. Un labi, ja nenākas mērot desmitiem kilometru, bet izvēle ir uz vietas. Vairākus kaimiņu novadu iedzīvotājus esmu dzirdējusi sakām, ka viņi iepirkties brauc tikai uz Balviem. Nezinu, vai tas ir tik slikti, ja pie mums attīstās tirdzniecība un, dod Dieviņ, arī cita veida uzņēmējdarbība, iekams, piemēram, Alūksnē - tūrisms un atpūtas bizness. Kā saka, katram savs! Alūksnei Dievs un daba devuši dabisku skaistumu, kāda Balviem nav un nebūs pat par nezin cik miljoniem. Te nav un nebūs Apvienotie Arābu Emirāti ar ezerā uzceltiem debeskrāpjiem, tādēļ nav jēgas vaimanāt. Arī alūksniešiem, kā parādīja TV pēdējās aptaujas ielās, ir savi iemesli būt neapmierinātiem.

Latvijā

Vakcinācijai atvērta jauna prioritārā grupa.

Vakcinācijai atvērta jauna prioritārā grupa pirmsskolas, speciālās izglītības iestāžu un 1.-6.klašu pedagogi un darbinieki, kuri, veicot darba pienākumus, nonāk ciešā saskarē ar bērniem, kā arī pedagogi, kuri atsāk darbu klātienē. Aizvadītās nedēļas sākumā vairāk nekā 5,5 tūkstoši izglītības darbinieku saņēma informāciju par ārstniecības iestādi, kas nodrošinās viņu vakcināciju. Šo informāciju saņem izglītības iestāžu darbinieki, kuri bija pieteikušies vietnē "manavakcina.lv" vai pa tālruni 8989.

Apliecināta solidaritāti Ukrainai. Baltijas valstu ārlietu ministri, tostarp Latvijas ārlietu ministrs Edgars Rinkēvičs, apliecināja savu solidaritāti Ukrainai un nosodīja Krievijas īstenoto spriedzes eskalāciju reģionā. Baltijas valstu ārlietu ministri nobažījies par Krievijas bruņoto spēku klātbūtnes būtisku palielināšanos pie Ukrainas-Krievijas robežas un Krimas pussalā. Latvijas valsts ārlietu ministrs Edgars Rinkevičs kopā ar Igaunijas un Lietuvas ministriem tikšanās laikā ar Ukrainas amatpersonām pauda viedokli, ka Krievijas agresīvā retorika, propagandas un dezinformācijas aktivitātes ir nepieņemamas un satraucošas. Latvija diskutēs ar saviem Eiropas kolēģiem un NATO sabiedrotajiem turpinās norādīt uz nepieciešamību sūtīt Krievijai stingrus vēstījumus, brīdinot par nopietnām sekām militārās agresijas gadījumā pret Ukrainu.

Eiropas Zinātnieku nakts - 30.aprīlī. Eiropas Zinātnieku nakts apvieno zinātniekus un zinātnes interesentus, sniedz iespēju iepazīties ar jaunākajiem zinātnes sasniegumiem, virtuāli paviesoties īstās zinātnes laboratorijās un ieraudzīt zinātnieku ikdienu. Pasākuma laikā no plkst. 18.00 līdz 23.00 platformā vienlaikus darbosies 20 tiešraīžu kanāli, kuros būs iespējams vērot ap 15 dažādu Latvijas augstskolu un zinātnisko institūciju sagatavotos eksperimentu demonstrējumus, virtuālās ekskursijas, lekcijas, diskusijas, isfilmas un citas aizraujošas aktivitātes, daļā no tām būs iespējams piedalīties un laimēt vērtīgas balvas.

Dzīvokļu tirgū mainās uzsvārs. Rīgā mainās dzīvokļu tirgus, sērijveida dzīvokļiem *min uz papēžiem* jaunie projekti. Parādījies mazā biznesa veids - lēti nopirkt īpašumu, to remontēt un pārdot dārgāk. Sākoties pandēmijai, gan darījumu skaits, gan cenas kritās, bet gada otrajā pusē, neraugoties uz stingrākiem ierobežojumiem, tirgus atgriezies ierastajās sliekšņos.

(Ziņas no www.tvnet.lv, www.delfi.lv, www.apollo.lv)

Novadnieces pētījums

Pārliecinās par latviešu izcilību

Novadniece ILONA SAVERASA pirms 12 gadiem ieradās Baškīrijā, lai mācītu latviešu valodu un kultūru latviešu pēctečiem Maksima Gorkija (Arhlatviešu) vidusskolā. Ciematā, kur viņa dzīvo, jaunākā iela nosaukta latvietes Lidijas Krūzes (attēlā) vārdā. Viņa tas ieinteresēja, un Ilona veica šīs latvietes dzīves gaitu izpēti.

Lūk, Ilonas stāsts: -Maksima Gorkija ciems, kurā joprojām mitinās to latviešu pēcteči, kuru senči pirms vairāk nekā simts gadiem atbrauca uz Baškīriju zemes dēļ, turpina augt un plesties. Kad ieradās Baškīrijā, šeit nebija tik daudz jaunu un skaistu māju, kā tas ir tagad. Lauki, kur agrāk ganījās lopī vai zēla labība, tagad *apaugusi* ar dzīvojamām mājām. Zemi cilvēkiem dod par velti, tikai jāņem vērā, ka to var atņemt, ja trīs gadu laikā uz tās nav parādījušies vismaz mājas pamati. Ciematā parādās jaunas ielas. Vienai no tām, salīdzinot ar citām ielām, dots neparasts nosaukums. Ciematā ir Ļeņina iela (galvenā ciema iela), Gagarina iela (tajā atrodas latviešu valodas skolotājas māja), Puškina iela, Salavata Julajeva iela un citas. Bet viena no ciema jaunākajām ielām, kura pavisam nedaudz jaunām mājiņām *apaugsi*, ir Lidijas Krūzes iela. Tā nosaukta vietējās ciema latvietes vārdā. Ne kāda zināma krievu vai baškīru vārds ņemama cilvēka, bet latvietes vārdā. Ielas nosaukums izvēlēts apmē-

ram pirms 8 gadiem, kad ciema priekšdētājs bija tagadējais Maksima Gorkija ciema vidusskolas vēstures skolotājs Žalils Muhamedjanovs.

Kāpēc Lidijas Krūzes iela? Šo sievieti, tāpat kā daudzus Sejenes latviešus, cienīja par viņas atbildību pret darbu. Lidija Krūze piedzima 1915.gada 31.decembrī Kalugas guberņā. No 16 gadu vecuma kolhozā viņa sāka strādāt par slaucēju. 1939. gadā Lidija Krūze tika iecelta par fermas vadītāju, un šo darbu viņa veica vairāk nekā 30 gadus. Maksima Gorkija kolhozs bija viens no bagātākajiem kolhoziem Baškortostānā. Vietējie latvieši teic, ka viens no iemesliem, kāpēc kolhozs bijis tik bagāts un visā republikā zināms, ir tas, ka kolhozā strādājuši galvenokārt latvieši, kuri joprojām saistās ar strādīgumu un darba mīlestību.

Lidija Krūze vairākkārt piedalījies Vissavienības lauksaimniecības izstādē Maskavā. Apbalvota ar izstāžu komitejas I un II pakāpes diplomiem un Lielo sudraba medaļu. Vairākkārt ievēlota par rajona un vietējās pašvaldības deputāti. Par pašreizējā darbu 1966.gada 22.martā apbalvota ar Ļeņina ordeni. Par savu darbu Ļeņina ordeni savulaik saņēma arī citas kolhoza slaucējas: Milda Veiss, Dora Bite, Anna Duča, Emma Fabriciņa, Milda Vernere (Livānijas fermas vadītāja).

Lidija Krūze dzīvoja viena, ģimenes viņai nebija. Viņas virs gāja bojā karā.



Foto - no personīgā arhīva

L.Krūze audzināšanā pieņēma vienu ciema meitenei Marinu, kura bija kopā ar Lidiju līdz viņas mūža galam (2005.gadam). Marina Lidiju atceras kā ļoti labsirdīgu cilvēku, devīgu un ļoti strādīgu.

Es kārtējo reizi pārliecinātos par latviešu izcilību un fenomenu. Darīt savu darbu no sirds un ar pilnu atdevi, domāt vairāk par citiem, ne tik ļoti par sevi, neapstāties pie tā, kas paveikts, bet virzīties uz priekšu. Tas ne katram ir pa spēkam, bet ar to jau Baškīrijas latvieši joprojām ir zināmi un pat *slaveni*, tāpēc jau viņi spēja biezu mežus pārvērst labības laukos un uzcelt mājas, kurās vienmēr ziedēja puķes.

Pedagogi dodas vakcinēties

Katra brīvprātīga izvēle

Maruta Sprudzāne

Aizvadītajā nedēļā valsti aicināja vakcinēties pedagogus. Lai tas ritētu raitāk, lūdza pieteikties pa tālruni 8989 vai "manavakcina.lv". Vienlaikus Izglītības un zinātnes ministrija sagatavoja Nacionālajam veselības dienestam informāciju par sarakstu ar visām personām, kuras atbilst prioritārajai grupai. Kā vakcinējas un kāda attieksme pret to ir mūspuses skolu pedagogiem?

Sākotnējā informācija vēstīja, ka masveidā pēc 12.aprīļa vakcināciju uzsāks pedagogiem, kuri strādā klātienē. Balvu sākumskolas kolektīvs joprojām mācību darbu organizē attālināti, lai arī atsevišķas nodarbības notiek ārā. Skolas direktore atklāja, ka pedagogi ir izlēmuši, kā viņiem rīkoties, tāpēc daļa pieteikusies *manavakcina.lv*, citi jau saņēmuši aicinājumu un sapotējušies, vēl citi gaida uzaicinājumu, lai dotos vakcinēties uz polikliniku. Savukārt tieši šodien daļa pedagogu apmeklēs savus ģimenes ārstus ar mērķi vakcinēties. Direktore teic: "Protams, potēšanās ir katra cilvēka brīvprātīga izvēle, un arī mūsu skolā nevienam tas nav uzspiests. Skolotāji rēķinās ar savu veselību, ņemot vērā faktu, ka daļa no viņiem Covid ir pārslimojuši, kādam ir arī hroniska rakstura blakus saslimšanas. Sākumā pedagogi bija noskaņoti atturīgi, bet tagad vairums saka 'jā' vakcinācijai."

Mācību darbs Balvu sākumskolā joprojām notiek attālināti, lai gan direktore nezaudē cerības, ka maijā audzēkņi atgriezīsies skolā. Dažas nodarbības skolēniem tomēr līdz ar laika apstākļu uzlabošanu notiks ārā apstākļos. Tie būs deju meģinājumi, gatavojoties lielajiem svētkiem, ar pirmdienu atsākās sporta nodarbības ārā, ievērojot ierobežojumus. Lai varētu droši strādāt, pedagogi nodevuši siekalu testus. "Šobrīd mums visi ir veseli, lai gan šogad vairāki skolotāji vīrusu arī pārslimoja," atzina direktore.

Balvu Profesionālās un vispārīgizglītojošās vidusskolas direktore Biruta Vizule pastāstīja, ka vismaz līdz aizvadītās nedēļas ceturtdienai vakcinācija vēl nebija sākusies. Tēma ir pārrunāta,

un skolotājiem ir sava izvēle un nostāja, uzņemoties atbildību par savu veselību. Vairāki skolotāji izmantojuši iespēju pieteikties *manavakcina.lv* un ir arī sapotējušies, pirms tam konsultējoties ar savu ģimenes ārstu. Ir skolotāji, kuri vēl gaida uzaicinājumu doties uz vakcināciju, ir tādi, kuri ir pārslimojuši vīrusu. "Par kopējo kolektīva nostāju teikšu, ka katrs izturas atbildīgi, domājot par savu veselību un valsti kopumā notiekošo. Arī man pašai ir veselīga attieksme pret šo jautājumu, nācies pārslimot, tāpēc potēšanās vēl jānogaida," teica direktore. Vienlaikus viņa atzina, ka pedagogu saime cenšas uzmundrināt un atbalstīt viens otru, lai kopā iespējami vieglāk pārdzīvotu pašreizējo pandēmijas laiku, jo arī attālinātais skolas darbs prasa pūles un nebūt nav viegls. Klātienē mācības atsākušās daļēji audzēkņiem, kuri gatavojas centralizētajiem eksāmeņiem.

Positīvi vakcinēšanos uzņem Rugāju novada Eglaines pamatskolas kolektīvā. Skolotāja Anna Stērniniece sarunā laikrakstam atzina, ka ļoti gaida iespēju sapotēties un ir tam morāli gatava, pieņemot skaidru lēmumu. Skolā notikusi arī aptauja par šo jautājumu. Anna teica, ka gaida paziņojumu par poti un tad dosies pie sava ģimenes ārsta uz Bērzpili. Vai gribētu izvēlēties, ar kādu tieši vakcīnu potēties? Skolotāja teica: "Man ir vienalga. Es neklausos, ko raksta citi sociālajos tīklos, un nelasu šos ziņojumus, būdama pārliecināta, ka nez vai kāda cita vakcīna būtu labāka par to, ko piedāvās daktere. Nav jau nekas īsti pārbaudīts. Nenodosu nevienu par viņa uzskatiem un pārliecību."

Skolotāja atklāja, ka viņai pašai arī nācies iepazīt vīrusu klātbūtni, jo janvārī to izslimojusi. Skolas darbs pašreizējos pandēmijas apstākļos nebūt nav viegls arī tādēļ, ka Anna māca pirmklasniekus, un mazajiem grūti pašiem pieslēgties, grūti ilgi būt uzmanīgiem. Tādēļ liels prieks, ka skolā mācības atkal norit klātienē, taču aizvadītajā laikā, mācoties mājās, ir arī kas zaudēts. "Bērni mācās, nēsājot maskas, un izskatās, ka maskas pieņem kā normu, kas ir vajadzīga. Bērniem gribas iet uz skolu un mācīties," teica pedagoge.

Kā vērtējat lēmumu no 12.aprīļa uzsākt pedagogu vakcināciju?

Viedokļi

Mēs iestājamies par brīvprātību



INGA VANAGA, LIZDA priekšsēdētāja

Latvijas Izglītības un zinātnes darbinieku arodbiedrība (LIZDA) respektē izglītības nozarē strādājošo atšķirīgos viedokļus un konsekventi akcentē brīvprātības principu. Kāds grib izvēlēties iespējas par to, kāda ražotāja vakcīnu saņemt. Kāds vēl nogaida, analizē informāciju, kolēģu pieredzi. Kāds konsultējas ar mediķiem, izvērtējot individuālo veselības stāvokli. Kāds vispār nevēlas saņemt vakcīnu, un arī tas ir

respektējami. Mēs iestājamies par brīvprātību, vienlaikus atgādinot, ka mudināt uz vakcināciju var ar labu piemēru, kolēģu pieredzi un arī ar vakcīnas izvēles iespējām.

Otrs aktuālais aspekts, runājot par izglītības nozarē strādājošo vakcinēšanu, ir daudzu pedagogu un tehnisko darbinieku nevēlēšanās publiski atklāt savu izvēli. Nevienam normatīvais akts neparedz to, ka darba ņēmējam būtu jāinformē savs darba devējs. Tā ir brīva izvēle - teikt vai nē. Un darba devējam jābūt ārkārtīgi piesardzīgam savā komunikācijā, lai nepārkāptu personas datu aizsardzības prasības. LIZDA vērs uzmanību, ka vakcinēšanās pret Covid-19 sabiedrībā tiek ļoti saasināti uztverta, tāpēc komunikācijai jābūt ļoti pārdomātai, ievērojot spēkā esošos normatīvos aktus. Kolektīvos ir augsta emocionālā spriedze, pedagogu profesionālā izdegšana ir augstā līmenī, tādēļ jārespektē katra izvēle, aicinām nenosodīt, nekritizēt, psiholoģiski neietekmēt nevienu ne vakcīnu atbalstītājus, ne neatbalstītājus.

LIZDA aicina darba devējus respektēt izglītības iestādes darbinieka nostāju, ja atsakās strādāt klātienē, kamēr nav saņemta vakcīna. LIZDA aicinājusi Izglītības un zinātnes ministriju, Finanšu ministriju piešķirt atkārtoti

piemaksas pirmsskolas, speciālās izglītības iestāžu darbiniekiem par darbu paaugstināta darba riska apstākļos, jo viņiem bija un ir jāstrādā klātienē, neraugoties uz to, ka nebija iespēja saņemt vakcīnu ātrāk.

Mēs kā arodbiedrība esam aktīvi iestājušies par to, lai pedagogi un tehniskie darbinieki, ievērojot brīvprātības principu, būtu augstākajā prioritārajā grupā. Sākotnēji visi izglītības iestāžu darbinieki tika iekļauti piektajā prioritārajā grupā no astoņām. Tas neliecina par lēmumu pieņēmēju izpratni, kāda loma ir klātienē mācībām, kādu negatīvo ietekmi tik ilgstošas attālinātās mācības atstās gan uz pedagogu veselību, tai skaitā profesionālo izdegšanu, gan skolēnu, gan vecāku veselību, kā arī uz kopējiem izglītības kvalitātes rādītājiem. Ļoti smagu diskusiju rezultātā kopā ar sadarbības partneriem panācām, ka Ministru kabinets iekļauj pirmsskolas, speciālās izglītības iestāžu darbiniekus, kā arī tos pedagogus, kuri atgriežas strādāt klātienē, ceturtajā prioritārajā grupā. Pēc letāla Covid-19 saslimšanas gadījuma kādā no speciālās izglītības iestādēm rosinājām, lai speciālās izglītības iestāžu darbinieki tiek vakcinēti vēl ātrāk, jo ikdienā viņi strādā ar skolēniem, kuriem ir smagas veselības problēmas, kas palielina risku saslimt arī šiem skolēniem.

Diemžēl šis priekšlikums netika ņemts vērā, un pienāca 12.aprīlis, kad uzsāka vakcinēt izglītības nozares darbiniekus. Kad tika konstatēts, ka augstāko prioritāro grupu pārstāvi vakcinējas pasīvi, tad rosinājām dot iespēju ātrāk vakcinēties izglītības iestādēs strādājošajiem, kuri to vēlas. Beidzot tas notiek, beidzot tiekam sadzirdēti. Priecājamies par pašvaldībām, kas pastiprinātāk koordinē izglītības iestādē strādājošo vakcinēšanu, jo tas apliecina pašvaldības attieksmi un izpratni par mācību nozīmi klātienē.

LIZDA cer, ka turpmākā vakcinēšanās būs ievērojami ātrāka, joprojām būs brīvprātīguma principi, nebūtu pieļaujami nosacījumi, ka strādāt var tikai vakcinētie izglītības iestāžu darbinieki. Viens no iemesliem par vakcinēšanās obligātumu ir minēts skolēnu veselības drošība, viņu ģimeņu drošība, kolektīva kopējā drošība, bet tad ir pretjautājums - arī pedagogam būtu jābūt tiesībām zināt, cik drošā klasē, grupiņā viņš strādā, no cik drošām ģimenēm nāk skolēni. Tāpēc aicinām cienīt katru izvēli, pozitīvi motivēt vakcinēties, nenosodīt tos, kuri vēl nav izlēmuši vai kategoriski nevēlas to darīt, jo tādā veidā varam uzturēt savstarpēji pozitīvas attiecības, kas palielinās arī kopējo sabiedrības veselību!

Neaģitē ne vakcinēties, ne izvairīties no tā



MADARA JEROMĀNE, Vilakas Valsts ģimnāzijas uzņēmējdarbības skolotāja, 11.klases audzinātāja

Pedagogu vakcinācija ir pozitīvs lēmums, jo tie, kuri vēlas, šo iespēju noteikti izmantos ātrāk, nekā tas notiktu rindas kārtībā. Galu galā skolotāja profesija ir viena no tām, kur notiek regulāra komunikācija ar cilvēkiem. Protams, ir vēl daudz citu profesiju, kas ir līdzīgā situācijā, bet, kad skolas ir slēgtas, tiek ietekmēta arī skolēnu vecāku ikdienu un darba gaitas. Pati vakcinēties pagaidām neplānoju, jo šobrīd ir daudz neskaidrību - nevar prognozēt, cik ilgu laiku darbojas vakcīna, vai tie, kuri vakcinējušies, saslimstot neslimos ar smagākām komplikācijām utt. Līdz šim pati neesmu slimojusi, bet esmu bijusi kontaktpersona un atradusies kopā ar inficētu personu visu slimības gaitu, kas nebija smaga. Mans piemērs ir viens no tiem, kad nesaslimst visi vienas mājsaimniecības pārstāvji. Zinu vēl vairākas situācijas, kad ģimenē ir kāds saslimušais, bet visi neizslimo.

Jebkurā gadījumā uzskatu, ka katrs pats ir tiesīgs pieņemt lēmumu par vakcināciju, izvērtējot iespējamās sekas, kas var būt pat letālas. Šāds procents ir mazs, bet iespēja pastāv, ja cilvēks ir inficējies ar Covid-19. Tomēr savai ģimenei, tuviniekiem un draugiem mēs neesam viens no tūkstoš cilvēkiem, bet vienīgi. Tāpēc lēmumam vakcinēties jābūt pietiekami pārdomātam. Pati nevienu neaģitēju vakcinēties, arī izvairīties no vakcīnas nē.

Vai masveida vakcinācija, tajā skaitā pedagogu, uzlabos situāciju saslimstībā ar Covid-19? Neesmu kompetenta atbildēt uz šādu jautājumu, tomēr, kā jau minēju, mēs vēl nevaram spriest par vakcinācijas iedarbību, tās darbības ilgumu un ietekmi uz cilvēka veselību. Ņemot vērā, ka šis process Latvijā nenotiek tik operatīvi un racionāli kā citās valstīs, šaubos, ka vakcīna būs galvenais iemesls slimības viļņa apturēšanai. Kamēr vienu daļu iedzīvotāju vakcinē, otra daļa pakļauta saslimšanas riskam vai jau slimo. Savukārt, kad savakcinēta otra sabiedrības daļa, tās pirmā daļa jau atkal var saslimt, jo var beigties vakcīnas iedarbība. Vakcinācija nav bezjēdzīgs rīks, bet šī slimība pastāvēs vienmēr un ģenerēsies dažādos veidos - diez vai tā jebkad tiks pilnībā izskausta. Aprīļa sākumā kādā no ziņu portāliem lasīju rakstu, kur Veselības ministrijas galvenais speciālists onkoloģijas jomā Jānis Eglītis atzina, ka Latvijā no ļaundabīgiem audzējiem joprojām mirst vairāk cilvēku nekā no Covid-19. Tas liek domāt, ka mūsu valstī ir vēl svarīgākas jomas, kam būtu jāizstrādā nopietnākas atbalsta sistēmas, bet tas nav darīts gadiem.

Godīgi sakot, nekad neesmu saņēmusi ne ērcu encefalītu, ne gripas vakcīnu. Tas pat nav uzticības vai neuzticības jautājums vakcinām. Man nekad nav bijusi nepieciešamība nokārtot slimības lapu. Mūsdienā medicīna ir pietiekami augstā līmenī. Tomēr ir gadījumi, kad slimības gaita ir daudz sma-

gāka, ja cilvēks ir potējies pret kādu slimību, bet tomēr saslimst. Cilvēka attieksme mainās vai vienkārši ir tāda, kāda tā ir, jo to ietekmē viņa personīgā pieredze. Visa sabiedrība ilgu laiku bija neizpratnē par pandēmiju, jo bija slimojis tik mazs cilvēku skaits, ka tas viss šķita izdomājums. Tomēr situācijas dinamika ieviesa savas izmaiņas. Mēs zaudējam ne tikai populārās cilvēkus, bet arī tuviniekus, kas lika aptvert situācijas nopietnību un apzināties reālo situāciju. Protams, viedoklis par vakcināciju nevar būt viennozīmīgs, ja pat prezidenta kungam otrās vakcīnas saņemšanas laiks tika pēkšņi pārcelts nezināmu iemeslu dēļ. Kā zināms, pirmā saņemtā vakcīna bija skandalozā "AstraZeneca". Uzskatu, ka katram būtu jāļauj arī izvēlēties vakcīnas veidu, ja reiz tā nav obligāta. Kas attiecas uz Vakcinācijas projekta biroja izveidi, manuprāt, tas ir bezjēdzīgi. Biroja darbības efektivitāte ir zema, iedzīvotājiem ir vairāk jautājumu nekā atbilžu. Zinu reālu situāciju, kad cilvēks brīvdienā saņēma mistisku izziņu par iespēju vakcinēties nekavējoties, ja ir ģimenes ārsta nosūtījums. Protams, tad seko sazināšanās ar attiecīgajām iestādēm. Tomēr neviens nespēj sniegt skaidru atbildi, proti, kas sūtījis šādu ziņu, kā ir jāinterpretē tās saturs un, galu galā, kā jārikojas, ja ģimenes ārsta nosūtījumu svētku dienā nav iespējams dabūt, vai neierodoties tiek zaudēta rinda uz vakcīnu. Šo iestāžu izmaksas vērtīgāk būtu bijis novirzīt uzņēmēju atbalstam, kas lielā mērā ietekmē valsts ekonomisko situāciju. Šobrīd mēs vēl neizjūtam pandēmijas reālās sekas, cilvēki histēriki iepērkas interneta veikalos, kas bieži vien nemaz nav Latvijas uzņēmumi. Iedzīvotāji arī stundām ilgi ir gatavi stāvēt rindās pie veikalos, līdz tie tiek atvērti, kas liecina, ka cilvēku ienākumi nav nemaz tik zemi vai tiek tērēti iekrājumi cerībā, ka drīz viss atgriezīsies vecajās slīdēs. Tomēr nekas nav prognozējams, un bezdarba līmenis ir palielinājies. Pirms gada šo slimību neuztvēru pietiekami

nopietni, jo vairāk nekā pusgadu nezināju nevienu cilvēku, kurš būtu saslimis - kaut vai paziņas paziņu. Viļņas novadu slimība sasniedza aptuveni pēc desmit mēnešiem. Tagad esmu uzmanīgāka. Atcerēsimies, ka cilvēki nemirst no Covid-19. Problēma ir citas hroniskas slimības, kas pastiprinās vai parādās, ja saslimst ar Covid-19. Šai cilvēku grupai slimība ir daudz bīstamāka. Mēs varam nopelt valdības pieņemtos lēmumus, bet tie nebalstās uz subjektīviem pieņēmumiem - situācija tiek analizēta no dažādiem aspektiem un citu valstu pieredzes. Vēl nesen ar skaudību raudzījāties uz ne tik striktajiem ierobežojumiem Igaunijā, tomēr drīz vien situācija kļuva daudz nopietnāka, un jau atkal ierobežojumi kļuva stingrāki arī tur. Manuprāt, nevienlīdzīga ir attieksme pret dažādu profesiju pārstāvjiem attiecībā uz ierobežojumu noteikšanu. Piemēram, ja profesionālie mākslinieki drīkstēja strādāt, jo tas ir viņu vienīgais iztikas avots, rodas jautājums, vai, piemēram, skaistumkopšanas speciālistu darbs nav viņu vienīgais iztikas avots? Finansēs nepieciešamas ne tikai iztikai, bet arī telpu nomas segšanai. Tāpat interesanti noraudzīties uz pārpildītu sabiedrisko transportu galvaspilsētā uz pelēko veikalos skatlogu fona, kas aizlimēti ar plēvēm. Jebkurā gadījumā stāsts par pandēmiju noteikti būs spilgts ieraksts manas vēstures lappusē. To kādreiz varēšu stāstīt citām paaudzēm, jo neko tādu lielākā daļa no mums nekad nespēja pat iedomāties - vēsturiski līdzīgi notikumi norisinājušies pietiekoši sen. Lai nu kā, nemeclēju savzvērestības teorijas par šo sērgu, pašas nostāja ir pietiekami neitrāla. Protams, jāievēro piesardzības pasākumi, bet visam ir savas saprāta robežas, un mums pieejamā informācija un fakti reizēm ir diezgan pretrunīgi. Sargā sevi pats, un Dievs tevi sargās!

Viedokļus uzklusēja
S.Karavoičika un A.Ločmelis

Pirmais pavasara gadatirgus mūspusē Baltinavā

Sailgojušies pēc satikšanās un saldumiem



Baltinavas tirgus laukumā. Tirgus laukumā tirgus dienā savu preci piedāvāja lielākoties vietējie zemnieki un mājražotāji.

Pirmais pavasara gadatirgus mūspusē notika 15.aprīlī Baltinavā, kas bija darba diena. Pavasara gadatirgu 15.aprīlī baltinaviēši atjaunoja pirms vairākiem gadiem, jo vēsturiski, vēl pirmās Latvijas brīvvalsts laikā, tas noticis tieši šajā aprīļa datumā.

Gan pircēji, gan tirgotāji ceturtdienas rītu gaidīja ar zināmām bažām, jo meteorologi teju vai katru dienu solīja nokrišņus lietus vai pat slapja sniega veidā. Siltumu nedēļas beigās jau bija nomainījis dzestums. Tomēr par prieku pārdot un pirkt gribētājiem, kuru gan bija maz, ceturtdien nelija un nesnīga, lai gan laiks bija dzestrs. Taču, neraugoties uz laika apstākļiem, pārdevēji gan no Kārsavas, Viļakas, Medņevas, gan Balviem un Baltinavas piedāvāja puķu stādus, pārsvarā

daudzgadīgās, bet no vasaras puķēm – atraitnītes. Pārsvarā to, kas pašiem paliek pāri. Zemnieku saimniecības “Malnava” saimniece no Baltinavas novada pastāstīja, ka vīrs nodarbojas ar graudkopību, bet pati audzē stādus. Sākumā stādus audzējusi tikai savām vajadzībām, bet vienmēr tie palikuši pāri, līdz ar to nācies uzcelt lielāku siltumnīcu. “Malnavas” saimniece arī tirgoja daudzgadīgo puķu stādus, jo viengadīgās vēl gaida labāku laiku. “Uz tirdziņu esmu atvedusi tikai mazu daļiņu no tā, kas man ir, mājās palika krietni vairāk,” teica sieviete. Gan pircējus, gan pārdevējus nedrošus darijis Covid-19 laiks un ar to saistītie ierobežojumi, - tas atradinājis cilvēkus pulcēties. Arī šis tirdziņš bija pirmais pēc ilgāka pārtraukuma. Kā smējās kāda tirgotāja, - cilvēki ir “nogribējušies satikties un saldumu”, jo iepretī viņai kāds cits

tirgotājs tirgojās ar fasetām, kaimiņvalstīs ražotām konfektēm, ko acimredzot pirka labi. Pašcepto maizīti tirgoja mājražotāja, saimniece no Šķilbēnu pagasta Viļakas novadā, bet sieru – saimniece no Baltinavas novada. Viņa sprieda, ka pircēju tirdziņā ir maz, bet laimi iespējams izmēģināt tirgū Kārsavā, kas tradicionāli notiks trešajā svētdienā. Lai gan viss ir ļoti nosacīti, tirgū Baltinavā bija atļauts atrasties ne vairāk kā divdesmit pārdevējiem. Kāda pircēja sūrojās, ka gribējusi nopirkt plūmītes, bet augļu kociņu tirgotāji ceļu uz Baltinavu nebija mērojuši, - vai nu par tālu, vai arī prognozēja, ka ceļš neatmaksājas, ja nebūs pircēju. Toties viņa iegādājās gan sarkanos, gan dzeltenos sīksīpoliņus, kuru parasti pietrūkstot. “Stādām daudz, bet daudz arī patērējam,” secināja sieviete.

Baltinavas novada domē

25.marta sēdes lēmumi
Apstiprina noteikumus

Apstiprināja Baltinavas novada domes noteikumus “Noteikumi par Baltinavas novada pašvaldības atvaļinājuma pabalsta apmēra noteikšanu un izmaksas kārtību”.

Apstiprina grozījumus

Apstiprināja grozījumus Balvu sadarbības teritorijas civilās aizsardzības komisijas nolikumā.

Pārceļ nodokļa samaksas termiņus

Pārceļ un noteica nekustamā īpašuma nodokļa samaksas termiņus. Pirmā maksājuma termiņu noteica līdz 2021.gada 30.aprīlim, otrā maksājuma termiņu – līdz 30.jūnijam.

Izdarā izmaiņas komisijas sastāvā

Izdarīja izmaiņas Administratīvās komisijas sastāvā, atbrīvoja no komisijas locekļa amata Jāni Bubnovu, Administratīvās komisijas locekļa amatā apstiprināja Mariju Skabu.

Piešķir līdzekļus drukāšanas iekārtas iegādei

Piešķir līdzekļus no Baltinavas novada pašvaldības līdzekļiem “Līdzekļi neparedzētiem gadījumiem” finansējumu 2500 eiro apmērā daudzfunkcionālās drukāšanas iekārtas iegādei KAC vajadzībām.

Piešķir līdzekļus abonēšanai

Piešķir no Baltinavas novada pašvaldības līdzekļiem “Līdzekļi neparedzētiem gadījumiem” finansējumu 490 eiro apmērā mācību vadības platformas www.soma.lv abonēšanai.

Piešķir līdzekļus tāmes sagatavošanai

Piešķir no Baltinavas novada pašvaldības līdzekļiem “Līdzekļi neparedzētiem gadījumiem” 363 eiro apmērā Baltinavas Novada muzeja vajadzībām tāmes sagatavošanas pakalpojuma sniegšanas izmaksu segšanai.

Piešķir līdzekļus muzeja logu nomaiņai

No Baltinavas novada pašvaldībai piešķirtajiem Covid-19 krīzes pārvarēšanai līdzekļiem 620 eiro atvēlēja muzejam logu nomaiņai.

Piešķir līdzekļus 3D printera iegādei

No Baltinavas novada pašvaldībai piešķirtajiem Covid-19 izraisītās krīzes pārvarēšanas līdzekļiem finansējumu 499 eiro apmērā Baltinavas vidusskolai 3D printera iegādei efektīvāka un daudzveidīgāka mācību procesa nodrošināšanai.

Atbalsta dalību Valsts aizdevumu programmā

Atbalstīja dalību Valsts aizdevumu izsludinātajā programmā “Pašvaldības augstas gatavības projektiem – Baltinavas muzeja telpu atjaunošana”.

Piešķir līdzekļus darbgalda iegādei

No pašvaldībai piešķirtajiem līdzekļiem Covid-19 seku pārvarēšanai atvēlēja 1992 eiro Baltinavas vidusskolai lāzergriezēja darbgalda iegādei efektīvāka un daudzveidīgāka mācību procesa nodrošināšanai.

Piešķir līdzekļus datora iegādei

No pašvaldībai piešķirtajiem līdzekļiem Covid-19 seku pārvarēšanai atvēlēja 936 eiro Baltinavas vidusskolai portatīvā datora un programmatūras iegādei matemātikas klasei.

Piešķir līdzekļus āra nojumes ierīkošanai

No pašvaldībai piešķirtajiem līdzekļiem Covid-19 seku pārvarēšanai 3000 eiro atvēlēja Baltinavas vidusskolai āra nojumes ierīkošanai bērnu rotaļu laukumā pie skolas.

Piešķir līdzekļus zāles plāvēja iegādei

No pašvaldībai piešķirtajiem finanšu līdzekļiem Covid-19 seku pārvarēšanai 2400 eiro atvēlēja Baltinavas vidusskolai zāles plāvēja traktora iegādei.

Piešķir līdzekļus jumta remontam

No Baltinavas novada pašvaldībai Covid-19 izraisītās krīzes pārvarēšanas līdzekļiem 400 eiro atvēlēja Baltinavas Mūzikas un mākslas skolas jumta remontam.

Piešķir līdzekļus procesora iegādei

No Baltinavas novada pašvaldībai Covid-19 izraisītās krīzes seku pārvarēšanas līdzekļiem 600 eiro atvēlēja mūzikas un mākslas skolas procesora iegādei.

Piešķir līdzekļus mācību procesa nodrošināšanai

No Baltinavas novada pašvaldībai piešķirtajiem līdzekļiem Covid-19 seku pārvarēšanai 671 eiro piešķir mācību līdzekļu iegādei mācību procesa nodrošināšanai.

Piešķir līdzekļus pedagogu piemaksām

No Baltinavas novada pašvaldībai piešķirtajiem 2203 eiro atvēlēja mūzikas un mākslas skolai pedagogu piemaksām un VSAOI par papildus ieguldīto darbu attālinātā mācību procesa laikā.

Atbalsta dalību projektā

Atbalstīja Baltinavas novada pašvaldības dalību prioritārajā investīciju projektā, ņemot aizņēmumu Valsts kasē Baltinavas kultūras nama infrastruktūras uzlabošanai.

Maina nosaukumu

Nolēma mainīt nosaukumu “Robežsardze” nekustamajam īpašumam, kas sastāv no divām zemes vienībām 0,3570 ha un 0,5952 ha platībā, uz nosaukumu “Zagrivje”. Piešķir jaunu adresi: “Zagrivje”, Punduri, Baltinavas novads.

Lauž zemes nomas līgumu

Lauza starp Baltinavas novada pašvaldību un privātpersonu 2018. gada 12.jūnijā noslēgto zemes nomas līgumu par zemes gabala 2,3 ha nomu ar 2021.gada 31.martu.

Nepagarina nomas līgumu

Nolēma nepagarināt starp Baltinavas novada pašvaldību un privātpersonu 2011.gada 3.janvārī noslēgto zemes nomas līgumu par 5,4 ha zemes.

Ievieto sociālās aprūpes iestādē

Nolēma ievietot Balvu novada sociālās aprūpes institūcijā, pašvaldības pansionātā “Balvi” privātpersonu, Baltinavas novada iedzīvotāju. Maksu par sociālās aprūpes pakalpojumu 85% apmērā no saviem ienākumiem veiks privātpersona, bet iztrūkstošo daļu segs pašvaldība.

Sadala nekustamo īpašumu

Atļāva privātpersonai no nekustamā īpašuma atdalīt zemes vienību 3,51 ha. Atdalītajai zemes vienībai noteica lietošanas mērķi - zeme, uz kuras galvenā saimnieciskā darbība ir lauksaimniecība. Atlikušajai zemes vienībai saglabāja iepriekš noteiktos zemes lietošanas mērķus.

Lappusi sagatavoja I.Zinkovska

Labas lietas Balvu un Gulbenes slimnīcu apvienībā

Veselības aprūpe mājās, jaunas iekārtas un vēl

Saziņā ar SIA "Balvu un Gulbenes slimnīcu apvienība" sabiedrisko attiecību speciālisti Lanu Upīti, laikraksts uzzināja vairākus jaunumus, kas noderīgi iedzīvotājiem Balvos un Gulbenē.

Metu konkurss vides objektiem

Apvienība izsludina metu konkursu ar mērķi iegūt mākslinieciski augstvērtīgus priekšlikumus diviem vides objektiem. Tāpēc aicina atsaukties radošo sabiedrību - vides māksliniekus un tēlniecības jomā strādājošos māksliniekus - un pieteikt savas idejas vides objektu metu konkursam.

Mākslinieki aicināti veidot mūsdienīgus un mākslinieciski augstvērtīgus priekšlikumus diviem vides objektiem – vienam Balvos, otram Gulbenē, kas būtu saistīti, taču ne identiski. Tiem jābūt uz uzņēmuma vērtībām un ilgtspējīga dizaina principiem balstītiem mākslas darbiem, kā pateicību mediķiem klāt pievienojot arī idejas teritoriju labiekārtošanai.

Terminš ideju projektu iesniegšanai ir 1. jūnijs. Konkursa rezultātus paziņos 11. jūnijā. Organizatoru rīcībā ir arī balvu fonds 7500 eiro apmērā. Vairāk informācijas par šo konkursu var meklēt slimnīcu apvienības mājaslapā.

Veselības aprūpes pakalpojumi mājās

Ir iespēja pieteikties uz valsts apmaksātu veselības aprūpi mājās, ko nodrošina Balvu un Gulbenes slimnīcu apvienības māsas. Tā ir medicīniska aprūpe, kas ietver noteiktus veselības aprūpes pakalpojumus pacientam ar noteiktām saslimšanām viņa dzīvesvietā. Kas var saņemt bezmaksas veselības aprūpi mājās?

* Pacienti, kuriem nepieciešama pastāvīga ambulatora ārstnieciskā palīdzība, bet medicīnisku indikāciju dēļ pacients nevar ierasties ārstniecības iestādē.

* Pacienti, kuriem nav tādu medicīnisko indikāciju, kuru dēļ būtu jāatrodas slimnīcā, taču joprojām nepieciešama medicīniskā palīdzība.

* Pacientiem ar būtiskiem pārvietošanās traucējumiem, kas liedz iespēju nokļūt ārstniecības iestādē.

Lai saņemtu bezmaksas veselības aprūpi mājās, nepieciešams ģimenes ārsta nosūtījums vai ārsta-speciālista izraksts - nosūtījums no stacionārās ārstniecības iestādes (slimnīcas).

Nosūtījumā jānorāda, kāpēc un kādus veselības aprūpes pakalpojumus nepieciešams nodrošināt, ārstēšanas plāna sasniedzamais mērķis un laika periods, kurā tas jānodrošina. Vairāk informācijas par šiem pakalpojumiem: <https://www.vmmvd.gov.lv/lv/veselibas-aprupe-majas>.

Iekārtas kvalitatīvai diagnostikai

Paplašinājusies materiāltehniskā bāze 3.līmeņa Balvu slimnīcā. L.Upīte saka: "Tagad vēl jaudīgāk varam nodrošināt priekšmērķu ārstēšanu sava reģiona vietējiem iedzīvotājiem, zinot, cik svarīga ir ātra un kvalitatīva diagnostika, īpaši intensīvās nodaļas pacientiem."

Šim nolūkam iegādāts jaunākās paaudzes asins gāzu analizators, ko izmanto galvenokārt pacientiem, kuri pieslēgti pie mākslīgās plaušu ventilācijas. Rezultāts ir dažu minūšu laikā, un tas ir liels pluss, lai steidzami izvērtētu pacienta veselības stāvokli, ātrāk iegūstot rezultātus – asins piesātinātību ar skābekli un hemoglobīnu. Konkrēto iekārtu izmanto arī jaundzimušo aprūpē dzemdību nodaļā.

Neierastāks aprīkojums, kas tagad papildina slimnīcas resursus, ir Bio soma jeb 'kapsula'. Turpinoties Covid-19 vīrusa izplatībai, mediķi uzskatīja par nepieciešamību iegādāties šādu aprīkojumu, kas ļauj drošā veidā pārvietot smagos pacientus no Covid nodaļas uz intensīvās terapijas nodaļas izolatoru, ja pacienta veselības stāvoklis pasliktinās. Šo 'kapsulu' var izmantot divējādi. Negatīvā spiediena režīmu pielieto ārējās vides aizsardzībai no inficētā cilvēka, galvenokārt pacientu transportējot gadījumā, ja rodas aizdomas par bīstamu infekciju. Savukārt pozitīvā spiediena režīms paredzēts pacienta ar pazeminātu imunitāti (apdeguma gadījumos) pārvadāšanai, lai aizsargātu viņu no *netīras vides*. Šāds variants praksē gan ir visai reti nepieciešams. 'Kapsulu' galvenokārt nāksies izmantot, nodrošinot inficētā pacienta izolēšanu, lai vīruss neizplatītos ārējā vidē, vienlaikus pasargājot arī pašus mediķus.

L.Upīte uzsver, ka mūsdienīgas ārstēšanas pamats ir arī *jaudīgi* speciālisti. Tāpēc svarīgi, lai mediķi izglītos, apgūtu



Īpaša 'kapsula'. Iekārta ir viegli pārvietojama un veidota tā, lai transportēšanas laikā mediķi varētu veikt visas nepieciešamās darbības, tostarp arī dzīvību uzturošas manipulācijas. 'Kapsulas' augšpusē izvietoti četri logi, caur kuriem iespējams vizuāli novērot pacientu, bet, pateicoties trim cimdu pāriem, ir iespēja veikt pamata ārstēšanas procedūras arī pārvadāšanas laikā. Citas iebūvētās atveres paredzētas plaušu mākslīgās ventilācijas aparātam, sirdsdarbības monitorēšanai vai cita veida aprīkojuma izmantošanai atkarībā no pacienta veselības stāvokļa.



Asins gāzu analizators. Jaunā "GEM Premier 5000" asins gāzu pārbaudes sistēma nodrošina automātisku kvalitātes nodrošināšanu katram paraugam, mērot asins gāzes, pH, elektrolītus, metabolītus, CO-oksimetriju un citu.

apmācību darbam ar konkrētajām jaunajām iekārtām un spētu strādāt profesionāli.

Lai vēsture atdzīvojas

Sabiedrisko attiecību speciāliste aicina atsaukties bijušos un esošos slimnīcu darbiniekus, kā arī iedzīvotājus, palīdzot veidot vēstures liecību krājumus par Balvu un Gulbenes slimnīcām. Noderēs fakti, fotogrāfijas, atceres stāsti par mediķiem un pārējo personālu, avižu un žurnālu senākās publikācijas un tamlīdzīgi materiāli. Lana saka, ka ir svarīga ikviena vēsturiskā liecība, jo tās ir paliekoša vērtība nākamajām



Mediķu un pacientu ērtībām. Slimnīcu apvienība iegādājusies arī pārvietojamo rentgena iekārtu, kas tagad ikdienas darbā būs liels atspazs gan medicīnas darbiniekiem, gan pacientiem. Iekārta ir lielisks risinājums, jo ar to var piebraukt pie pacienta gultas, un gulošie nebūs jāved kaut kur citur, lai veiktu rentgena uzņēmumu. Tas dos drošību, jo ļoti bieži pacienta transportēšana uz izmeklējumu saistās ar riskiem viņa veselībai un dzīvībai.

paaudzēm, tas ir paliekošs stāsts par pašiem. Tagad ir iespēja izmantot mūsdienu tehnoloģijas, daudz kas kļuvis mobils, tādēļ ir iespēja arī aizbraukt un tikt klātienē, vienojoties par to iepriekš un ievērojot visus epidemioloģiskos drošības pasākumus. Materiālus digitalizēs un atdos atpakaļ. Tālrunis saziņai ar Lanu Upīti 26517685.

Lappusi sagatavoja M.Sprudzāne

Īsumā

Turpina krosu stādīšanas tradīciju



Foto - no personīgā arhīva

Lai atgriešanos skolā padarītu vēl priecīgāku, bet apkārtnei - vēl krāšņāku, 16.aprīlī Rugāju novada vidusskolas 2.klases audzēkņi kopā ar audzinātāju Veltu Kadakovsku mācību iestādes priekšā iestādīja košus bijušās absolventes, daiļdārznieces Tatjanas Kočānes dāvatos krosu stādus. Pavasara ziedu dēstīšana bija viena no Ekoskolas programmas aktivitātēm, jo dzīvot *zaļi* nozīmē dzīvot skaistā, sakoptā vidē. Mazie daiļdārznieki ar prieku palīdzēja skolotājai, rokot bedrītes, apberot stādu saknes ar zemi un aplaistot tos, pie viena izpētot arī slieku dzīvi. Otrklasnieku stādījumi lieliski papildinās pirms dažiem gadiem toreizējo pirmklasnieku iedēstītos krosus, kas ik pavasarī priecē visu mācību iestādes kolektīvu.

Piedalās izaicinājumā sakopt apkārtnei

Aprīlis ir apkārtnes sakopšanas mēnesis. Šo tradīciju mūsdienīgā veidā ievēroja arī Balvu Bērnu un jauniešu centra jauniešu darba speciālistes Gunita Prokofjeva un Agnese Puļča. Pirms mēneša saņēmušas Gulbenes jauniešu centra "Bāze" un Leldes Bašķeres izaicinājumu piedalīties apkārtnes sakopšanas akcijā "Musorings", sākumā viņas atlika dalību tajā, līdz iestāsies siltāks laiks. Aizvadītajā nedēļā Agnese un Gunita nolēma, ka tas brīdis ir klāt, un, sarūpējušas atkritumu maisus un labu garastāvokli, devās pildīt izaicinājuma nosacījumus – sakopt apkārtnei un izaicināt to darīt arī citus jauniešus. Paveikušas disku golfa laukuma sakārtošanu, Gunita un Agnese vietnē "Facebook" izaicināja paveikt kaut ko līdzīgu arī Madaru Jeromāni, Montu Ripu, Kristu Maču un citus.



Foto - no personīgā arhīva

Talka arī ir kopā būšana. Deju studijas "Di-dancers" dalībnieces aizvadītajā piektdienā steigza sakopt Bolupes krastu un vietu, ko savulaik sauca par Komjaunatnes parku. Savukārt Madara Jeromāne izaicinājumam atsaukā ar apņemšanos piedalīties talkošanas rallijā "10 000 soļi preti tīrākai videi", izsoļojot sešus tūkstošus, desmit tūkstošus vai 14 tūkstošus soļus un iegūstot vienu no videi draudzīgām balvām.

Vecāku kopsapulce

Vissvarīgāk - pavadīt laiku kopā

13.aprīlī attālinātajā Balvu Valsts ģimnāzijas (BVĢ) vecāku kopsapulcē klātesošie uzzināja par skolas aktualitātēm, kā arī uzklusēja mācību iestādes psiholoģes Gintas Keišas ieteikumus veiksmīgai ikdienai ģimenē.

Atklājot sapulci, BVĢ direktore informēja par skolas aktualitātēm, tostarp ģimnāzijas 90 gadu jubilejas svinībām, kas paredzētas 28.maijā, kā arī datumam, kad notiks 9. un 12.klašu izlaidumi, noslēgsies mācību gads, ielānoti valsts centralizētie eksāmeni un pārbaudījumu darbi. Tāpat direktore aicināja klātesošos piedalīties attālinātās konferences vecākiem otrajā daļā "Seši praktiski rīki sev un savai ģimenei", kas notiks 29.aprīlī.

Savukārt sapulces otrā daļa bija veltīta padomiem, kā veiksmīgāk organizēt ģimenes ikdienu. Stāstījumu skolas psiholoģe Ginta Keiša sāka ar emociju un darbību regulācijas modeļa skaidrojumu: "Mūsu ikdienu, emocijas, pieņemtos lēmumus nepārtraukti ietekmē trīs smadzeņu emociju sistēmas – draudu sistēma, darbības sistēma un mierinājuma sistēma. Šīs sistēmas savukārt ietekmē tas, ko pieredzam ikdienas dzīvē. Lai cilvēks varētu efektīvi funkcionēt, ir nepieciešams, lai visas trīs minētās sistēmas darbotos sabalansēti, bet praksē šāda situācija ir gauzām reta."

Skaidro emociju sistēmu darbību

Ņemot par pamatu šo modeli un izskaidrojot katras sistēmas darbības principus, psiholoģe ieteica, kā ikdienu padarīt veiksmīgāku gan sev, gan savai ģimenei: "Draudu sistēma ir visspēcīgākā sistēma, kas ietekmē ikdienas dzīvi. Tās mērķis ir pasargāt. Šī sistēma brīdina cilvēku par draudiem, izraisot bailes un nemieru. Tā liek cīnīties vai bēgt, varbūt pakļauties vai uzbrukt pašam sev. Šī sistēma palīdz mums pamanīt draudus, mobilizēties un pasargāt sevi, nodrošinot izdzīvošanu. Tā ir noderīga, ja ar kaut ko jācīnās, bet traucējoša, kad neesam apdraudēti, bet raizējamies par problēmām, kas vēl pat nav piemēklējušas. Reizēm, kad pēc grūtas dienas cenšamies aizmigt, šī draudu sistēma mudina darboties, skatoties, vai kāds mūs neapdraud. Ja šī sistēma ir sabalansēta ar abām pārējām, tad tā palīdz mums būt efektīvākiem un izvairīties no šķēršļiem. Tomēr nereti tā sāk traucēt. Tendence atcerēties un analizēt negatīvus dzīves piemērus bieži pārmāc pozitīvās pieredzes, liekot izjust trauksmi situācijās, kas patiesībā mūs neapdraud. Pavadot daudz laika šajā sistēmā, pasaule sāk šķist potenciāla stresa, draudu, trauksmes, noguruma un sazvērestību pilna vieta," skaidroja psiholoģe.

Savukārt darbības sistēma palīdz koncentrēt uzmanību un meklēt resursus. G.Keiša atklāja, ka tā ir motivācijas sistēma, kas virza uz lietām, kas mums šķietami ir vajadzīgas, lai ikdienā gūtu panākumus: "Senatnē šīs vajadzības bija krietni mazākas nekā šobrīd. Tagad mums vajag vairāk sasniegumu, vairāk naudas, vairāk pašapliecinājuma utt. Ja šī sistēma ir sabalansēta ar pārējām, tā palīdz būt veiksmīgiem un sasniegt mērķus. Ja tā ir vadībā, var nonākt situācijā, kad uzmanība koncentrēta uz kaut ko vienu, neļaujot pamanīt apkārt notiekošo un pievērsties lietām, ko patiesībā vēlamies sasniegt. Ja tās nesasniedzam, bet esam nemītīgā ceļā, rodas stress un izdegšana."

Ļoti būtiska trīs sistēmu vidū ir mierinājuma sistēma, kas saistīta ar drošību, to, cik labi mēs jūtamies. Tā ir balansētāj-sistēma, kas spēj darboties dabiski pie nosacījuma, ja neviens mūs neapdraud, ja mērķi, ko vēlamies sasniegt, tiešām ir svarīgi. "Šī sistēma paredz, ka spējam mierināt sevi un citus, spējam dot un saņemt piekāršanos, rūpēties par sevi un citiem. Tas viss palīdz cīnīties ar draudu un darbības sistēmu toksisko ietekmi. Diemžēl šī sistēma daudziem ir bloķēta vai nedarbojas pietiekami kvalitatīvi. Ja tā nedarbojas, kā nākas, ierunājas stress, paškritika, aizdomīgums, traucējot attiecībās pašam ar sevi un apkārtējiem. Visas trīs sistēmas ir vajadzīgas, taču tām jābūt sabalansētām," apgalvoja psiholoģe.

Jāpievēršas problēmām, ko var ietekmēt

Nodarbības turpinājumā G.Keiša pievērsās praktiskiem

padomiem, kas ikdienā palīdzētu sabalansēt šīs trīs sistēmas. Viens no ieteikumiem bija koncentrēties uz lietām, ko pašiem varam ietekmēt un kontrolēt. Psiholoģe rosināja sadalīt visas problēmas rūpju lokā un ietekmes lokā, rūpju lokā ieliekot problēmas, ko nevaram ietekmēt, bet otrajā lokā - tās, ko varam ietekmēt: "Cilvēki lielu daļu laika satraucas par to, ko nevar ietekmēt, nonākot pie sajūtas, ka enerģija ir iztērēta, bet neko nav izdevies mainīt. Savukārt cilvēki, kuri vairāk pievēršas savas ietekmes sfērā esošām problēmām, panāk efektīvākus rezultātus, pietuvinot savas gaidas realitātei."

G.Keiša ieteica veidot dienas un nedēļas plānus visai ģimenei: "Nereti ikdienas rutīna krīzes situācijās ir ģimenes mugurkauls, kas palīdz saglabāt mieru, dod drošības un paredzamības sajūtu. Protams, ikdienu ievieš savas korekcijas, taču svarīgākos dienas uzdevumus ir vērts ielānot." Speciāliste rosināja katru dienu izvirzīt vienu līdz trīs prioritātes, kurām veltīt enerģiju, jo visu paspēt nav iespējams. Turklāt laika plānošanu ģimenei vislabāk veikt kopā, jo tas veicina bērnu patstāvību. "Ļaujot bērniem piedalīties

lēmumu pieņemšanā, viņi kļūs atbildīgāki. Pretestība šiem uzdevumiem arī būs daudz mazāka, jo bērni jutīsies pilnvaroti piedalīties šajā pārmaiņu procesā. Kopīgi izstrādājot ģimenes dienas plānu, svarīgi atzīmēt laiku, kad darbosieties kopā, un laiku, kad katrs darīs savus svarīgos uzdevumus," atgādināja skolas psiholoģe.

G.Keiša ieteica eksperimenta nolūkā mēģināt izveidot vērtīgā laika dienu vienojoties, no kura negatīva ieraduma ģimenē varētu atteikties, tādējādi ietaupot laiku vērtīgākām aktivitātēm. Tāpat psiholoģe aicināja nedarīt darbus bērnu vietā, dodot viņiem *maksšķeri*, nevis *zivi*, un mācot būt atbildīgiem par sevi. Rezultātā bērni būs motivētāki sasniegt daudz vairāk.

G.Keiša atgādināja, ka svarīgi izvēlēties būtiskus mērķus, un piedāvāja efektīvu mērķu veidošanas modeli: "Formulējot mērķi, jāatceras piecas lietas - katram mērķim jābūt konkrētam un izmērāmam, sasniedzamam, nozīmīgam un noteiktam laikā." Kā saprast, kas ir svarīgākais, jo steidzamo darbu gūzmā reizēm šķiet, kā paspēt visu nav iespējams. Kas ir steidzams un kas ir mazsvarīgs, ko varbūt var izdarīt kāds cits? Lai atbildētu uz šiem jautājumiem, psiholoģe rosināja pēc nodarbības sarakstīt savus uzdevumus uz lapiņām un sakārtot tās prioritāšu secībā: "Tas palīdzēs neiekrist steidzamības slazdā, bet paveikt vissvarīgāko."

Sadaliet pienākumus

Lai sabalansētu visas sistēmas, svarīgi izveidot noteikumus un sadalīt pienākumus. Lai katrs justos svarīgs, mājās ikvienam jāveic savi pienākumi. Tas palīdz saglabāt drošības un stabilitātes sajūtu. Turklāt vieglāk un interesantāk ir pildīt uzdevumus komandā.

Sistēmas stabilizēt palīdzēs arī komunikācija ar apkārtējiem – ģimeni, radus, draugiem, kolēģiem - pat, ja tā ir tikai attālināta. Komunikācija ir vislabākais līdzeklis pret stresu. Taču būtiskākais ir būt kopā ar bērniem, saprast savas un arī bērnu emocijas, iemācīties pareizi uz tām reaģēt. Psiholoģe rosināja ieturēt pauzi brīdī, kad emocijas kūsā, bet risināt konfliktu, kad esat nomierinājies: "Par emocijām un sajūtām noteikti jārunā. Nav iespējams iztikt bez

konfliktiem, un katra domu apmaiņa ir veselīga. Svarīgi ir, kā tā notiek. Ir būtiski izskatīt ikvienu, pat vismazāko konfliktsituāciju, atrodot veidu, kā to risināt." Speciāliste atgādināja, ka mijiedarbībai ir jābūt efektīvai. Ir jābūt šeit un tagad, jāieklausās bērņā. Psiholoģe ieteica arī, kā rīkoties gadījumos, kad bērns saka, - es negribu, nevaru: "Šādos gadījumos jābūt līdzās, palīdzot bērnam koncentrēties uz uzdevumiem, ko viņš šobrīd spēj paveikt, ko spēj ietekmēt." Kā vienu no būtiskākajiem veselīgas ģimenes priekšnosacījumiem G.Keiša minēja kvalitatīvi kopā pavadītu laiku. Tas var būt kopīgas spēles, vingrošana, darbs mazdārzniņā vai kāda cita nodarbe. Nav nekā svarīgāka, kā katru dienu pajautāt saviem tuvajiem – kā viņi jūtas, ieklausīties viņu atbildēs, palīdzēt, ja nepieciešams, kā arī pastāstīt, kā jūties pats, un lūgt palīdzību, ja tāda vajadzīga. "Viss pārējais paies vai pagaidīs," atgādināja speciāliste. Viņa rosināja veltīt laiku arī rūpēm par sevi, kā arī neaizmirst uzslavēt sevi un citus.

Lappusi sagatavoja I.Tušinska



Nav iespējams iztikt bez konfliktiem, un katra domu apmaiņa ir veselīga. Svarīgi ir, kā tā notiek.



Ļaujot bērniem piedalīties lēmumu pieņemšanā, viņi kļūs atbildīgāki.

Saskarsmes noslēpumi

Komunikācija vispirms sākas ar sevi

Bez maksas tiešsaistes apmācību ciklā "Līdzdalības un līderības prasmes", ko organizē biedrība "Ritineitis", notika lekcija par tēmu "Es saskarsmē - kā darbojas komunikācijas likumi un kā padarīt savu saskarsmi kvalitatīvāku". To vadīja AIVARS DRESMANIS, kurš sevi sauc par ideālistu. Viņš ir izaugsmes treneris, koučs, arī lektors ar 20 gadu pieredzi uzņēmumu vadībā.

Tikšanās laikā lektors atzina, ka dzīvojam laikmetā, kurā mums jābūt runāt ar tukšumu, jo bieži vien tiešsaistes tikšanās laikā lektors paliek viens ar vairākiem melniem lodziņiem datora ekrānā - dalībnieki izslēdz kameras, un varbūt tikai kāda ziņa *čatā* liecina, ka otrpus ekrānam tevi kāds klausās.

Kāds esmu, tāds esmu!

"Lai veidotu pēc iespējas kvalitatīvāku saskarsmi, jāsaprot, kas es esmu: kādas ir manas stiprās un vājās puses, uz ko es varu balstīt savu komunikāciju. Uz to mēs paskatīsimies caur Johari logu*", dalībniekus sevī aicināja ielūkoties lektors. Viņš uzzīmēja pakalnu, sadalīja to četrās daļās, kur vienu no tām apspīd saule, bet kurā rodams arī ēnas puses. "Uzkalna galotnē stāvam mēs. Pakalnam ir nogāzes, kuras saule apspīd, un ir nogāzes, pie kurām saule netiek. Vienā no četrām daļām ieliekam to, ko mēs par sevi zinām un rādām pasaulei - es šeit esmu labs! Šī sadaļa man patīk un es ar to dalos, rādu citiem. Vēl ir daļa, kur mēs par sevi zinām, bet kuru pasaulei nerādām. Domājam tā, - ja pasaule par to uzzinās, mūs nemīlēs. Rodas bailes. Trešajā sadaļā mēs par sevi kaut ko nezinām, bet pasaulē citi to redz un vēro. Un pamana to, ko mēs par sevi nezinām. Ceturtajā sadaļā par sevi nezinām nedz paši, nedz pasaule," Johari logu skaidroja lektors. Ja cilvēks paliek pirmajā sadaļā, kurā sev patīk un kuru rāda citiem, viņš saka: "Mīliet mani tādu, kāds esmu."

Par sevi vēlams uzzināt no citiem

Aivars Dresmanis uzsvēra, ka droša vide ir tur, kur nenodarīs pāri. Tie var būt draugi, tā var būt ģimene. Viņiem droši var jautāt: kas ir tas, kas tev manī patīk? Kas ir tas, kas nepatīk? Šādā vidē nav jābaidās, ja kāds pateiks, kas tev isti nepatīk, kam tu gribētu oponēt un nepiekrīt. Tādā brīdī jāuzdod jautājums sev: kas viņiem liek domāt, ka es esmu tāds? Tā mēs par sevi varam uzzināt vairāk. Piemēram, es nevienam nerādu, ka man patīk seriāli, ka es kavēju, ka vakarā slinkoju... Es to daru, bet neviens par to nezina, jo man nepatīk to rādīt pasaulei. Visi zina stāstus, kā cilvēki, piemēram, ceļā satiekas, izkrata viens otram savu sirdi, izstāsta savus stāstus un nekad viens otru vairs neredz. Atmiņā paliek otra cilvēka viedoklis par sevi, to vai citu situāciju, tās risinājumiem. Psihologi saka, ka sevi nevar mainīt, bet ir svarīgi zināt, ka sevi var iepazīt. Jo dziļāk mēs pazīstam sevi, jo labāk saprotam pārējo pasauli.

Fakti

- 1955.gadā amerikāņu psihologi izstrādāja metodi, lai indivīdi varētu iztēloties, izprast sevi un attiecības ar citiem. Johari logs ir līdzeklis, lai organizētu un uzskaitītu personiskās īpašības gan no iekšpuses, gan no ārpusē.
- *Johari logs ir rīks, ko izmanto kognitīvajā psiholoģijā un kas kalpo, lai ilustrētu procesus, kādi notiek cilvēku attiecībās.
- Johari logs tiek plaši izmantots arī biznesa psiholoģijā, lai stiprinātu grupu attiecības. Tas ir piemērojams jebkura veida grupām, piemēram, izglītības iestādēm.
- *Spoguļneironi ir smadzeņu šūnas, kuras kontrolē tādas cilvēkā augsti attīstītas īpašības kā spēju iejusties cita ādā, apgūt zināšanas un izmantot saziņai valodu.

Vēro savu 'sajūtu termometru'

"Emocijas ir signāls. Signāls tam, ka mūsu vajadzības ir vai nu apmierinātas - tad mēs sakām, ka esam izjūtuši labas emocijas, vai arī nav apmierinātas. Tad cilvēks jūtas dusmīgs, bet dusmas ir emocijas, ko cilvēks baidās izrādīt. Jūtamies skumji, ja, piemēram, nav apmierināta vajadzība pēc tuvības," skaidroja lektors, jautājot klausītājiem, kā viņi šobrīd jūtas. Citos cilvēkos mēs atpazīstam tikai to, kas piemīt mums pašiem, ko varam atpazīt sevi. Viņš citēja Oskaru Vaildu, sakot, ka "tas, ko jūs redzat manī, nav mans, - tas ir jūsējais. Tas, ko es redzu jūsos, ir manējais". Ja nepazīstam savas emocijas, būs grūti izprast otra sajūtas. "Ja sajūtu termometrs rāda tikai - labi, slikti, normāli, kā mēs varam būt empātiski? Tad šajā šaurajā gradācijā ieliksīm arī citus cilvēkus. Ja runājam par emocionālo kompetenci vai emocionālo inteliģenci, sev jāuzdod jautājums: kā es šobrīd jūtos? Viss sākas ar atbildi uz šo jautājumu. Mēs neapzināti esam, piemēram, skumji, noliedzam tās sevi. Aizejam uz tikšanos, ienākam klasē vai uz darbu un vadām savu dienu, dzīvojot skumjās, bet sevi tās neatpazīstam. Pieņemam lēmumus, runājam ar cilvēkiem. Tad bieži gadās, ka komunikācija isti neveidojas," skaidroja A.Dresmanis.

Nosauc emocijas vārdā

Ja emocijas varam un protam nosaukt vārdā, tās zaudē spēku, un pār tām sākam valdīt mēs. Līdzīgi kā tas ir pasakās par raganām, burvjiem, lidojošiem ezeriem, kuri zaudē spēku un nolaižas uz zemes, ja tos nosauc vārdā. Jāmeklē iemesls savam priekam, skumjām vai dusmām, jautrībai. Ja zināsi iemeslu, komunikācija būs vieglāka. "Komunikācijā ar citiem mums ieslēdzas spoguļneironi*, un mēs protam nolasīt otra emocijas vai sajūtas. Sakām, - es zinu, kā tu jūties! Tas ir pierādīts ar daudziem eksperimentiem. Daba mūs tā radījusi, ka protam pielāgoties, un šī spēja mums palīdz izdzīvot. Tāpēc ir svarīgi atpazīt savas, lai izprastu otra sajūtas," skaidroja lektors. Viņš papildināja, ka ir arī tāds stāvoklis, ka mēs savu uzvedību pielāgojam otra cilvēka vajadzībām. Komunikācijā atbildīgāks ir



Foto - no personīgā arhīva

Aivars Dresmanis sevi dēvē par ideālistu. Ar kouču un izaugsmes treneri klausītāji vēlreiz bez maksas varēs tikties un mācīties 22.aprīlī, informāciju uzzinot internetā www.ritineitis/aif.

nobriedušākais, turklāt šeit nav runa par to, cik veci mēs esam. Nobriedušākais var būt arī jauns cilvēks. Dzīvojam laikā, kad daudzi cilvēki ir neapmierināti. Varam pukstēt par pārstrādāšanos, par to, ka nav darba vai ienākumu. Lai arī kādam varbūt nav tik grūti un jūtamies labi, mums intuitīvi gribas pielāgoties citiem. Pielāgojamies neapzināti un sākam justies ne tā, kā mums gribētos. Jautājums, - kā es jūtos, -palīdz atdalīt savas no citu cilvēku sajūtām. Tad komunikācijā ar citiem ieejam par sevi pārliecinātāki un stabilāki.

Kādi ir ieguvumi no šīs nodarbības?

RENĀTE KASPARĒ: -Lektors ir fantastisks eksperts savā jomā. Uzskatu, ka šī vairāk bija kā nodarbība pašai ar sevi, savu emociju apzināšana - kā tās kontrolēt, kā nepārstrādāties. Cik svarīgi apzināties sevi kā personību. Galvenais ieguvums - apzināti veltīt laiku sev. Apzināties un izprast savas emocijas, kāpēc ir tā, kā ir. Kontrolēt un vadīt emocijas. Pirms komunikācijas vai tās laikā *iepausēt* un atcerēties, kā komunicēt efektīvāk, lai sasniegtu savu mērķi.

IVETA ERCIKA: -Šajā laikā mums ikvienam nepieciešami padomi, kā komunicēt ar citiem attālināti, tiešsaistē, kā nepazaudēt kontaktus vienam ar otru. Tādēļ piedalos arī mācību ciklā. Šobrīd šāda veida lekcijas, nodarbības nepieciešamas vairāk kā jebkad iepriekš. Uzzrunāja tas, ka lektors ieteica vairāk vērot, iepazīt pašiem sevi. Centīšos ievērot viņa ieteikumu katru vakaru atbildēt uz trīs jautājumiem. Manuprāt, svarīgs ir jautājums: "Ko šodien esmu darījis tikai sev?" Parasti uztraucos par to, ko labu esmu darījis ģimenei, kolēģiem, kaimiņiem. Bet kā ir ar mums pašiem? Padomāsim par to!

AIJA: -No katras lekcijas vai sarunas cilvēks uztver mazumiņu, kas it kā attiecas uz viņu. Dažu pamudina spert izšķirošu soli, dažs piekļūst savā straujuma, dažs mēģina iziet no saviem stereotipiem. Es nepiederu tiem, kas nodarbojas ar visa izvērtēšanu, pastāvīgas sevis *ķidāšanas*, tāpēc ārzemju metodikas tā uzreiz nevaru pieņemt. Katram savi uzskati, katram sava dzīve. Dažreiz var palīdzēt, bet dažreiz ievest vēl dziļāk *purvā*. Es saprotu, ka cilvēkam daudz jādomā, jāmeklē pareizie ceļi, jāanalizē, bet dažreiz varbūt ir pareizāk vienu reizi nogriezt, ne septiņreiz nomērit. Pēc dabas ir flegmas un holēriki, vaimanātāji un darītāji, jūtīgi čikstuļi un cilvēki, kuri 'lika bēdu zem akmeņa un pāri gāja dziedādami'. Lekcija bija interesanta, pamācoša. Varbūt tā palīdzēs skolotājiem darbā ar pusaudžiem vai arī noregulēs vecāku attiecības ar bērniem. Kaut gan cilvēka runas veidu ir ļoti grūti izmainīt. Reizēm sanervozēties un dusmās iet ārā viss iedzimtais, iemantotais un ar laiku pašam pieņemtais. Labprāt klausīšos nākamo lekciju. Sevī piekritīšu, apstrīdēšu, ignorēšu. Varbūt kas aizķersies.

MAIRA LŪKINA: -Cenšos veltīt laiku sevis izglītošanai un attīstīšanai. Esmu sapratusi, ka jāprot sev palīdzēt pēc garas un nogurdinošas darba dienas. Lekcija mani pārliecināja, ka palīdzēt sev vari tikai tu pats. Ja paskatīsies uz sevi no malas, tad saprātisi, kā tev redz kolēģi, ģimene, draugi. Man kā intravertam cilvēkam svarīgi, lai darba dienas beigās varu paņemt nūjas un nostāigāt vismaz 5 km pa mežu. Izrādās, zemapziņā esmu rīkojusies pareizi, jo šādas fiziskas aktivitātes svaigā gaisā nozīmē, ka palidzi pats sev.

LIENE PIPURE: -Nelaižu garām iespēju uzzināt kaut ko jaunu. Iepriekš piedalījos arī lekciju kursā par kopienu un komandas veidošanu, vadības stilu. Katra lekcija sniedz vielu pārdomām. Un Aivara Dresmaņa vakardienas lekcija nebija izņēmums. Uzzrunāja lektora paustais aicinājums nosaukt savas negatīvās sajūtas vārdā, tad tās zaudēšot savu spēku pār situāciju. Iegūtās zināšanas ir universālas, tās var piemērot gan darbā, gan ģimenē, tāpēc aicinu ikvienu būt aktīviem, izglītoties, lai izzinātu sevi!

Jaundzimušie

Tagad trīs meitas un dēls. 24.martā pulksten 17.11 ģimenes dzemdības pasaulē nāca meitenīte. Svārs – 4,845, garums – 61cm. Meitenītes vecākiem Līnai Grīnbaumai un Guntaram Siliņam no Liepņas pagasta šis ir ceturtais bērniņš. Ikdienā Guntars strādā Alūksnes 31.Zemessadzes bataljonā un savā bioloģiskajā saimniecībā, savukārt Līnas darbavieta ir Liepņas pagastā. Mazo māsiņu mājās gaida lielais brālis Mārtiņš, kuram 29.aprīlī paliks 11 gadi, māsa



Renāte, kurai ir 8 gadi, un Gerda, kurai ir gads un astoņi mēneši. Gaidot ceturto mazuli, ne Līnai, ne Guntaram nebija īpašas vēlmes ne pēc meitas, ne dēla. Kā teic Guntars, - ko Dieviņš dod, par to priecājamies un ņemam. "Otrajā ultrasonogrāfijā uzzinājām, ka būsīm vecāki vēl vienai meitenītei. Māsas par šo faktu bija priecīgas, jo gaidīja vēl vienu māsiņu, bet Mārtiņš, protams, sapņoja par brāli," atklāj nu jau četru bērnu vecāki. Pēc meitenītes nākšanas pasaulē viņi jaundzimušajai deva skaistu vārdu Odrija. Izrādās, Siliņu ģimenē jau kļuvis par tradīciju, ka vārda izvēle jaundzimušajam ir mammas uzdevums. Parasti viņa ir tā, kas izdomā konkrētu vārdu, bet ģimene to apstiprina. Tā tas notika arī šoreiz. Mediķu noliktais dzemdību datums bija 20.marts, bet Odrija nāca pasaulē 24.martā – tikai dažas dienas vēlāk. Guntars un Līna atklāj, ka visi četri bērni piedzimuši paredzētajā laikā, turklāt visi nākuši pasaulē Balvu slimnīcas dzemdību nodaļā. Viņi teic, ka Covid-19 situācijas ierobežojumi slimnīcā ir pašsaprotami - ir jāievēro tas, kas noteikts! Vienīgais minuss, ka Odrijai izpalika brāļa un māsu apciemojums slimnīcā, taču arī tas bija risināms. Mazo māsiņu māsas un brālis ieraudzīja, pateicoties mūsdienu modernajām tehnoloģijām – *WhatsApp*. "Pirmais, ko viņi pateica, ieraugot Odriju, bija, - kur viņa tik liela! Bet mums gandrīz visi bērni dzimuši virs 4 kg, vienīgi Renāte nāca pasaulē ar svaru 3,750kg un 58 cm gara. Es par saviem bērniem zinu visu – kad dzimuši, cikos, ar kādu svaru un garumu. Tie taču mani bērni! Kā citādi. Šī informācija paliek prātā," apgalvo Guntars. Viņš stāsta, ka tagad ģimenē martā būs nevis divas jubilejas, kā iepriekš, bet gan trīs. "Tā sagadījies, ka man vārdsvētki ir 16.martā, bet meitai Gerdai – 17.martā. Bet vēl pēc dažām dienām – 24.martā - dzimšanas dienu svinēs arī Odrija. Būs ko svinēt," priecīgs secina nu jau četru bērnu tētis.

No garā vārdu saraksta izvēlas Esteri.

14.aprīlī pulksten 17.22 piedzima meitenīte. Svārs – 2,985kg, garums 54cm. Meitenītes mammai Laurai Ozolai-Ozoliņai no Alūksnes šis ir otrais bērniņš, mazo māsiņu mājās gaida brālis Reinis, kuram ir trīs gadi. "Gribējās vēl vienu puiku, taču otrajā ultrasonogrāfijas pārbaudē uzzinājām, ka tomēr būsīm vecāki meitiņai. Taču šī ziņa, protams, mūsu



prieku nemazināja," stāsta Laura. Tiklīdz kļuva zināms gaidāmā mazuļa dzimums, Laura kopā ar meitiņas tēti Kristapu sāka domāt par piemērotāko vārda variantu. Jaunā māmiņa teic, ka šis process lielas grūtības nesagādāja, un abi drīz vien vienojās par piemērotāko variantu. "Variantu mums bija daudz – kopā 16, tāpēc bija, no kā izvēlēties. Sākumā es uz lapiņas izrakstīju savus favorītus, bet Kristaps savējos. Man patika trīs vārdi – Estere, Alina un Nikola, savukārt Kristapam Amanda vai Estere. Tā kā Estere sakrita mums abiem, šo vārdu arī izvēlējamies savai meitiņai," skaidro Laura. Jaunā māmiņa stāsta, ka Esteres piedzimšana ir labākā dāvana vārdadienā, kuru Laura svin 18.aprīlī – tas nekas, ka tā būs pāris dienas pēc meitiņas šūpuļsvētkiem. "Kad viņa piedzima, pašam pirmajam šo prieku vēsti paziņoja Kristapam. Protams, viņš bija ļoti laimīgs un priecīgs, uzreiz apjautājās, kā mēs abas jūtamies un vai viss kārtībā. Brauksim mājās, un, kad Esterīte apviesies un paaugsies, raudzībās nāks ciemiņi. Tagad epidemioloģiskās situācijas dēļ daudz kas ir aizliegts, taču mēs ar Kristapu par to nebēdājam, jo visam savs laiks," teic Laura.

Vēl dzimuši:

31.martā pulksten 14.00 piedzima meitenīte. Svārs – 4,200kg, garums 61cm. Meitenītes mamma Līga Kokoreviča-Gruševa dzīvo Viļakā.

5.aprīlī pulksten 0.40 piedzima puika. Svārs – 2,920kg, garums 51cm. Puisēna mamma Liāna Mazmača dzīvo Gulbenes novada Daukstu pagastā.

Martā*Reģistrēti mirušie***BALTINAVAS NOVADĀ**

Domicela Streļča (1925.g.)
Anatolijs Ločmelis (1959.g.)

RUGĀJU NOVADĀ

Rugāju pagastā
Anna Iškāne (1940.g.)

Lazdukalna pagastā

Nadežda Uzula (1936.g.)

VIĻAKAS NOVADĀ

Kupravas pagastā
Ainars Mednis (1969.g.)

Susāju pagastā

Lucija Strade (1940.g.)
Janīna Supe (1928.g.)
Oļģerts Sprukulis (1932.g.)

Šķilbēnu pagastā

Normunds Lapsa (1963.g.)

Marija Saidāne (1935.g.)

Vecumu pagastā

Ainars Mednis (1974.g.)
Vineta Kamarovska (1975.g.)

Žiguru pagastā

Juris Bukovskis (1955.g.)
Voldemārs Baraņņikovs (1932.g.)

BALVU NOVADĀ

Balvu pagastā
Pēteris Korlašs (1939.g.)

Bērzkalnes pagastā

Pēteris Bodrovs (1947.g.)
Benita Dubrova (1961.g.)

Bērzpils pagastā

Laimonis Kulešs (1960.g.)

Pēteris Spalviņš (1948.g.)

Lazdulejas pagastā

Biruta Strapcāne (1953.g.)

Kubulu pagastā

Stanislavs Keišs (1938.g.)
Iļga Kozlovska (1936.g.)
Mihails Lukins (1949.g.)
Anastasija Ozoliņa (1946.g.)
Pjotrs Petrovs (1937.g.)

Krišjāņu pagastā

Janīna Dičevska (1943.g.)

Tilžas pagastā

Veronika Čirka (1942.g.)
Veneranda Dzene (1942.g.)
Lonija Zelča (1935.g.)
Adele Žirnija (1929.g.)

Vectilžas pagastā

Valentīna Jermacāne (1951.g.)

Viksnas pagastā

Māris Rogulis (1972.g.)

Balvu pilsētā

Lilita Bendzule (1966.g.)
Zigfrīds Rihards Berķis (1931.g.)
Ņina Bērziša (1949.g.)
Marija Grigorjeva (1933.g.)
Zoja Harlašova (1950.g.)
Genovefa Kalnēja (1934.g.)
Anna Kuzma (1934.g.)
Valentīna Mihejeva (1945.g.)
Viktors Šiļčenko (1958.g.)
Regīna Ščerba (1935.g.)
Pēteris Vasiļjevs (1953.g.)
Vasiļijs Vasiļjevs (1934.g.)
Ināra Ņilova (1948.g.)

Vienas no autoostas durvīm joprojām slēgtas

“Vai baidās, ka aplipinās pilsētniekus?”

Laikraksta “Vaduguns” 12.februāra numurā jau rakstījām, ka šobrīd, lai nokļūtu līdz Balvu autoostas peronam, to vairs nevar izdarīt pa tirdzniecības centra “Planēta” iekštelpām, bet jāiet apkārt vairākām ēkām pa ārpusi. Tas tādēļ, ka durvis, kas ved uz autoostas uzgaidāmo telpu, ir slēgtas, lai nodrošinātu Ministru kabineta 2020.gada 9.jūnija noteikumu Nr.360 “Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai” prasības. Lēmumu slēgt durvis kā risinājumu pieņēmuši paši tirdzniecības centra apsaimniekotāji.

“Cilvēki loģiku tam neredz!”

Šī gada sākumā publicētajā rakstā runājām gan ar Balvu autoostas transporta dispečeri, gan ar autobusu pasažieri. Protams, visi aptaujātie par durvju aizslēgšanu bija sašutuši, to salīdzinot ar genocīdu pret tautu vai absurdu, kas līdz šim dzīvē nav redzēts. “Tiem, kuri pieņēma šādu lēmumu, novēlu pastaigāties ar 30 kilogramus smagiem pārtikas un zāļu maisiem!” lielā nemierā ar durvju slēgšanu bija autoostas apmeklētājs Viktors Jaževičs no Bērzpils.

Kopš durvju slēgšanas pagājuši jau vairāki mēneši, bet laikraksta “Vaduguns” redakcijā turpina vērsties iedzīvotāji, kuri ir izbrīnīti par šādu lēmumu. Tā ar redakciju sazinājās sieviete, kura pastāstīja, ka slēgtās durvis autoostā lielas grūtības sagādā arī viņas pensijas gadu vecuma mammai. “Mana mamma atbrauca ar autobusu uz Balviem, bet, lai nokļūtu veikalā “Rimi”, viņai nācās iet garo ceļu apkārt visām ēkām. Turklāt, kad viss nepieciešamais jau bija nopirkts, līdz autoostai ar smagajiem iepakumiem mums atkal nācās mērot to pašu ceļu. Veciem cilvēkiem, kuri veselības stāvokļa dēļ jau tā reti dodas uz Balviem, nākas vēl papildus saskarties ar šādām grūtībām. Tas ir murgs! Nav citu vārdu, kā šo raksturot! Vai tiešām pilsētā ir tik daudz ar Covid-19 slimu cilvēku, ka bija jāaizver autoostas durvis? Kā sprieda mana mamma, šāda lēmuma pieņēmēji acīmredzot uzskata, ka cilvēki, kuri atbrauc no laukiem uz Balviem iepirkties, ir slimi un pilsētniekus ar šo sērgu aplipinās! Kāpēc ir aizslēgtas durvis? Vai nevarēja rast citu risinājumu? Tagad sanāk, ka uz blakus autoostas uzgaidāmajai telpai esošo alkohola veikalu var aiziet, bet nokļūt autoostā nevar. Cilvēki visam šim neredz loģiku!” sašutusi sieviete.

Durvis aizslēgtas, lai regulētu cilvēku plūsmu

Jāpiebilst, ka liela daļa ierobežojumu joprojām saglabājušies, lai gan Covid-19 izsludinātā ārkārtas situācija noslēdzās jau 6.aprīlī. Jebkurā gadījumā galvenais jautājums ir, ka



Foto - A.Ločmelis

Balvu autoosta. Šobrīd pasažieri autoostas uzgaidāmajā telpā var ieiet tikai pa attēlā redzamajām durvīm – tirdzniecības centra “Planēta” ēkas otrajā pusē. Cik ilgi tā vēl turpināsies, vismaz vienkāršajiem mirstīgajiem tas nav zināms. Ja reiz ir šāda situācija un autoostu patiešām apmeklē daudzi vecāka gadagājuma cilvēki, varbūt ar iniciatīvu varētu nākt klajā uzņēmīgi cilvēki, kuri, piemēram, savāktu parakstus un ar tirdzniecības centra apsaimniekotājiem kopīgi sameklētu citu, iedzīvotājiem labāku risinājumu? “Gribas domāt, ka viss tiek darīts priekš cilvēkiem, nevis tikai ķeksiša pēc...,” secina kāda Balvu novadā dzīvojoša lasītāja.

tirdzniecības centros noteikts, cik cilvēkiem ļauts atrasties konkrētā skaitā kvadrātmetros, bet kur prasīts, ka uz autoostu jābūt tikai vienai ieejai? “Kā zināms, sakarā ar Covid-19 ierobežojumiem vienam ēkas apmeklētājam jānodrošina ne mazāk kā 25m² no publiski pieejamās telpu platības. Lēmumu aizslēgt durvis, kas tirdzniecības centra “Planēta” iekštelpās ved uz autoostas uzgaidāmo telpu, pieņemām, lai tirdzniecības centra ēkā regulētu cilvēku plūsmu. Tas viss tādēļ, lai nodrošinātu pašreiz spēkā esošos Ministru kabineta noteikumus. Diemžēl mēs to nekā nevaram ietekmēt. Cik ilgi durvis vēl būs aizslēgtas? Viss atkarīgs no valdības. Tiklīdz tiks pieņemts lēmums par konkrēto ar Covid-19 saistīto ierobežojumu atcelšanu, tad arī durvis atkal būs atvērtas. Jāpiebilst, ka no 7.aprīļa darbu klātienē atļauts uzsākt visiem veikalumiem, kas atrodas ārpus lielajiem tirdzniecības centriem un kuru kopējā platība nepārsniedz 7000m². Tādā ziņā ar tirdzniecības centru “Planēta” paveicās, jo šai ēkai platība ir mazāka par 7000m²,” skaidro SIA “Alfa Development” pārstāve.

Jāpiebilst, ka arī jautājām, kā situāciju ar aizslēgtajām durvīm vērtē no autoostas apmeklētāju skatupunkta? SIA “Alfa Development” pārstāve to plašāk komentēt atteicās.

Lasītāja jautā

Kā tagad saņemt pasi?

“Kā šī brīža Covid-19 apstākļos Pilsonības un migrācijas lietu pārvaldes (PMLP) Balvu nodaļā var saņemt pasi? Šo otrdien no laukiem pēc pases bija atbraucis onkulis. Viņš pusstundu nostāvēja pie aizslēgtām durvīm, bet neviens darbinieks tās tā arī neatvēra. Vai jāsit ar dūri pa durvīm?” jautā lasītāja.

PMLP Balvu nodaļā paskaidroja, ka kopš pagājušā gada pārvalde klātienē piedāvā ierobežotu pakalpojumu klāstu. Līdz ar to pārvaldi, tajā skaitā Balvu nodaļu, var apmeklēt TIKAI pēc iepriekšēja pieraksta. Arī personu apliecinošu dokumentu (pases, elektroniskās identifikācijas kartes (eID), uzturēšanās atļaujas kartes) noformēšana un iepriekš sagatavotu dokumentu izsniegšana notiek tikai klātienē jebkurā teritoriālajā nodaļā, IEPRIEKŠ PIESAKOTIES uz konkrētu apmeklējuma laiku. **Lai to izdarītu Balvu nodaļā, Partizānu ielā 21b, jāzvana uz tel.nr. 64522161. Sazināties var arī, sūtot ziņu uz e-pastu: balvi@pmlp.gov.lv. Balvu nodaļas darba laiks ir no pulksten 8.30 līdz 16 pirmdienās, otrdienās, trešdienās un ceturtdienās. Piektdienās – no pulksten 8.30 līdz 15. Sestdienās un svētdienās nodaļa ir slēgta.**

Jāpiebilst, ka klienti aicināti izmantot arī e-pakalpojumus. “Viens no visbiežāk izmantotajiem e-pakalpojumiem ir “Pieteikšanās personu apliecinoša dokumenta izsniegšanai”.

PMLP Balvu nodaļa. Uz pārvaldes durvīm ir izvietota dažāda informācija. Piemēram, tā vēsta, ka klienti rindas kārtībā netiek apkalpoti, bet tikai pēc iepriekšēja pieraksta. Norādīta arī kontaktinformācija un tas, ka klientu zālē drīkst ienākt tikai pa vienam apmeklētājam.



Foto - A.Ločmelis

Izmantojiet šo e-pakalpojumu un piesakiet apmeklējuma laiku izvēlētajā pārvaldes teritoriālajā nodaļā attālināti (neizejot no mājām), kā arī veiciet valsts nodevas samaksu par pases vai eID izsniegšanu portālā www.latvija.lv. Izpildot e-pakalpojumu, apmaksā jāveic uzreiz. Tāpat atgādinām, ka no šī gada 1.janvāra līdz 2022.gada 31.decembrim personai, kura sasniegusi 15 gadu vecumu, saņemot pasi, ir pienākums saņemt arī personas apliecību – eID karti,” informē PMLP.

Informē policija

Apkrāpj un neatsūta detaļas

30.martā Balvu novada Briežuciema pagastā persona veica maksājumu par automašīnas detaļām, bet noteiktajā laikā tās nesaņēma. Nodarītais materiālais zaudējums – vairāki simti eiro. Uzsākts kriminālprocess.

Pie stūres sēžas reibumā

3.aprīlī pulksten 15.11 Balvu novada Viksnas pagastā 2001.gadā dzimusi sieviete vadīja automašīnu “Volkswagen Golf Plus” 0,71 promiles alkohola reibumā un bez autovadītāja apliecības, kuras sieviete nav ieguvusi. Uzsākts kriminālprocess.

3.aprīlī pulksten 19.11 Viļakas novada Medņevas pagastā 1978.gadā dzimis vīrietis vadīja automašīnu “Volvo S80” 2,71 promiles alkohola reibumā. Uzsākts administratīvais process.

Par braukšanu dzērumā apstādina divas reizes

2.aprīlī pusnaktī Balvos 1989.gadā dzimis vīrietis vadīja automašīnu “Audi 80” 2,44 promiņu alkohola reibumā un bez autovadītāja apliecības. Pēc neilga laika vīrietis atkal tika apturēts, vadot automašīnu 2,44 promiņu alkohola reibumā un bez transportlīdzekļa vadīšanas tiesībām. Ar savām darbībām dzērājšoferis izvairījās no tiesību ierobežošanas soda izciešanas. Uzsākts kriminālprocess.

6.aprīlī pulksten 18.10 Balvos 1970.gadā dzimis vīrietis brauca ar velosipēdu 2,10 promiņu alkohola reibumā. Uzsākts administratīvais process.

Zog no mājām

6.aprīlī Baltinavā konstatēta zādzība no privātmājas. Nodarītais materiālais zaudējums – vairāki simti eiro. Uzsākts kriminālprocess.

Konkrēti nenoskaidrotā laikā no neapdzīvotas mājas Viļakas novada Susāju pagastā izzāģēti un nozagti spundētie dēļi, sabojāta krāsns un plīts. Uzsākts kriminālprocess.

Dzērumā bēg no policijas

9.aprīlī pulksten 20.50 Viļakā persona nepakļāvās policijas likumīgajam prasībām apturēt automašīnu. Valsts policijas darbinieki uzsāka automašīnas “Volkswagen Golf” vajāšanu, kā rezultātā transportlīdzeklis tika apturēts. Izrādījās, ka pie automašīnas stūres bija sēdusies 1990.gadā dzimusi sieviete, kura bija 1,38 promiņu alkohola reibumā un bez transportlīdzekļa vadīšanas tiesībām. Uzsākts kriminālprocess.

Iebrauc stabā un aizbrauc prom

11.aprīlī pulksten 9 Rugāju novada Lazdukalna pagastā nenoskaidrots autovadītājs ar nenoskaidrotu automašīnu uzbrauca elektrolīnijas stabam un notikuma vietu pameta, neziņojot par notikušo policijai likumā noteiktajā kārtībā. Uzsākts administratīvais process.

Informē ugunsdzēsēji

Deg koks

12.aprīlī pulksten 18.23 Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests saņēma izsaukumu uz Partizānu ielu Balvos, kur dega koks 2m² platībā. Ugunsgrēks tika likvidēts pirms ugunsdzēsēju glābēju ierašanās.

Deg saimniecības mantas

12.aprīlī pulksten 15.50 saņemts izsaukums uz Teātra ielu Balvos, kur daudzstāvu dzīvojamās mājas ceturtā stāva balkonā dega saimniecības mantas 1m² platībā. Ugunsgrēks tika likvidēts pirms ugunsdzēsēju glābēju ierašanās.

Deg kūla un meža jaunaudze

12. un 13.aprīlī ugunsdzēsēji glābēji Latgalē saņēma 42 izsaukumus uz kūlas ugunsgrēkiem. Pieci no tiem notika mūšpusē. Proti, Rugāju novada Lazdukalna pagastā kūla dega 2000m² un 500m² platībā (divi atsevišķi gadījumi), Balvu novada Briežuciema pagastā – divu hektāru un 500m² platībā (arī divi atsevišķi gadījumi), bet Viļakas novada Šķilbēnu pagastā – 1,5 hektāru platībā.

Diennakti no 12. uz 13.aprīli ugunsdzēsēji glābēji Latgalē saņēma septiņus izsaukumus uz mežu ugunsgrēkiem. Izsaukums tika saņemts arī uz Baltinavas novada Puncuļovu, kur dega meža jaunaudze un kūla divu hektāru platībā.

Der zināt!

Puse lieto bezrecepšu medikamentus

Medikamentus, vitamīnus vai augu valsts līdzekļus, kuru lietošanu nav izrakstījis ārsts, lieto 50% Latvijas iedzīvotāju vecumā no 15 gadiem, savukārt ārsta izrakstītus medikamentus – 46,2% iedzīvotāju, liecina Centrālās statistikas pārvaldes veiktās Eiropas iedzīvotāju veselības aptaujas (EIVA) dati. Piecu gadu laikā bezrecepšu medikamentu patēriņš ir samazinājies par 4 procentpunktiem, bet ārsta izrakstītu zāļu patēriņš pieaudzis par 4,8 procentpunktiem.

Sievietes biežāk nekā vīrieši lieto medikamentus. Medikamentu lietošanas paradumi būtiski atšķiras starp vīriešiem un sievietēm. Bezrecepšu medikamentus lieto 58,9% sieviešu un 39,1% vīriešu (2014.gadā – 62,7% un 43%), savukārt ārsta izrakstītus medikamentus – 54% sieviešu un 36,6% vīriešu (2014.gadā – 49,9% un 30,7%).

Ārsta izrakstītu medikamentu patēriņš pieaug līdz ar vecumu. Pieaugot vecumam, palielinās iedzīvotāju īpatsvars, kuri lieto ārsta izrakstītas zāles. Recepšu medikamentus lieto 17,8% jauniešu vecumā no 15 līdz 24 gadiem, turpretim senioru vidū (vecumā no 75 gadiem) patēriņš ir 4,8 reizes lielāks – recepšu medikamentus lieto 86,1% senioru. Gada laikā straujākais kāpums ārsta izrakstītu medikamentu lietotāju īpatsvarā ir vērojams starp iedzīvotājiem vecuma grupās 45–54 un 55–64 gadi – no 42,8% līdz 61% jeb par 18,2 procentpunktiem, taču piecu gadu posmā ārsta izrakstītu medikamentu lietotāju īpatsvars ir pieaudzis visās vecuma grupās, izņemot jauniešus. Medikamentu patēriņš visstraujāk ir palielinājies senioru vidū – no 79,1% līdz 86,1% jeb par 7 procentpunktiem.

Visvairāk ārsta izrakstītus medikamentus lieto vecāka gadagājuma iedzīvotāji (vecumā no 65 gadiem – 80,3%), ekonomiski neaktīvie (63,9%), iedzīvotāji mājāsaimniecībās ar zemiem ienākumiem (63,7%), kā arī iedzīvotāji ar lieko svaru (48,1%) un aptaukošanos (68,1%).

Bezrecepšu medikamentus lieto mazāk. Atšķirībā no ārsta izrakstītām zālēm, bezrecepšu medikamentu lietošanas paradumus iedzīvotāju vecums tik izteikti neietekmē. Sieviešu vidū gandrīz visās vecuma grupās medikamentu patēriņš ir vienmērīgi augsts – ap 60%. Vīriešiem šis rādītājs svārstās no 31,5% (15–24 gadu vecumā) līdz 46% (35–44 gadu vecumā). Salīdzinot ar 2014.gadu, bezrecepšu medikamentu patēriņš ir samazinājies visās vecuma grupās, izņemot sievietes 25–34 gadu vecumā un vīriešus 35–44 gadu vecumā.

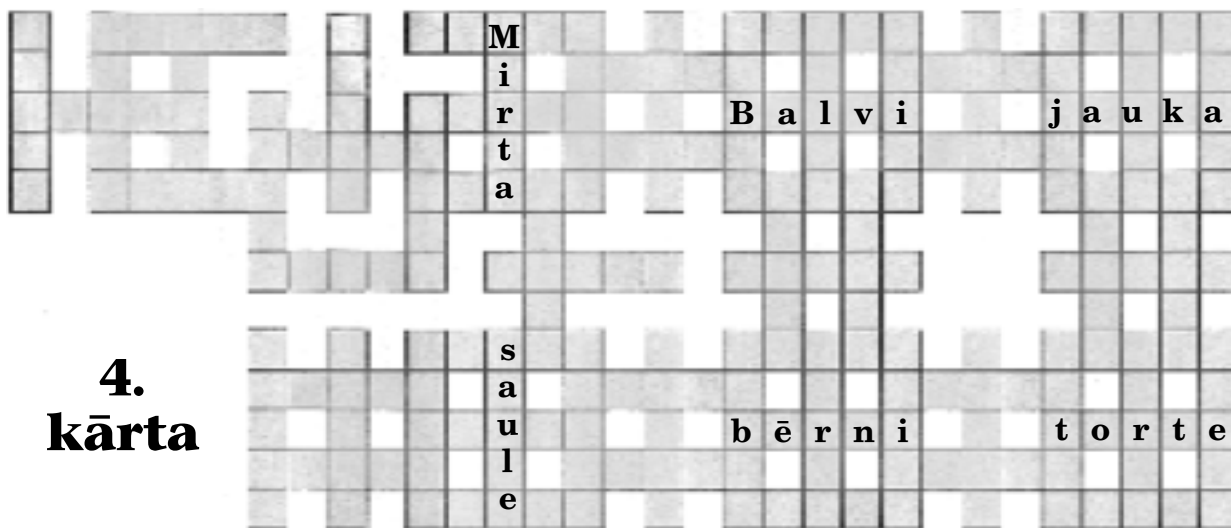
Visbiežāk bezrecepšu medikamentus lieto iedzīvotāji ar augstāko izglītību (58,2%), nodarbinātie (50,9%), kā arī iedzīvotāji turīgākajās mājāsaimniecībās (53,4%). Savukārt vismazāk – iedzīvotāji ar zemāku nekā pamatizglītības līmeni (37,8%), bezdarbnieki (48%) un iedzīvotāji mājāsaimniecībās ar zemiem ienākumiem (46,8%).

Bezrecepšu medikamentus visvairāk lieto Rīgā, recepšu – Vidzemē. Atšķirības bezrecepšu medikamentu lietošanas paradumos pastāv arī reģionu griezumā. Recepšu medikamentus vairāk nekā vidēji Latvijā lieto Vidzemes, Latgales un Rīgas reģionā – attiecīgi 48,1%, 47,8% un 46,5% iedzīvotāju, bet vismazāk Zemgalē – 43,8% iedzīvotāju. Rīgas, Kurzemes un Pierīgas reģionā vairāk nekā puse iedzīvotāju lieto bezrecepšu medikamentus (attiecīgi 53,7%, 52,7% un 50,2%), bet vismazāk Vidzemes reģionā – 41,4%, kur visbiežāk lietoti recepšu medikamenti.

Gandrīz katrs desmitais iedzīvotājs nevarēja finansiāli atļauties ārsta izrakstītu medikamentu iegādi. Piecu gadu laikā par 4,5 procentpunktiem samazinājies iedzīvotāju īpatsvars, kuri finansiāli nevar atļauties iegādāties recepšu medikamentus. Pērn 8% Latvijas iedzīvotāju bija gadījums, kad nevarēja atļauties ārsta izrakstītu medikamentu iegādi (10,3% sieviešu un 5,3% vīriešu). 60,1% iedzīvotāju vienmēr varēja samaksāt par ārsta izrakstītajiem medikamentiem, bet gandrīz trešdaļai (31,9%) nebija vajadzības iegādāties medikamentus. Medikamentu iegādi biežāk nevarēja atļauties iedzīvotāji vecumā no 55 gadiem (11,9%) un iedzīvotāji ar viszemākajiem ienākumiem (19%).

Maģiskie vārdi

Uzdevums: visus maģiskos vārdus ierakstīt krustvārdu mīklai līdzīgā tabulā. Uzvarētāju gaida pārsteiguma balva.



4. kārtā

Ābece - Arnis - Artis - asins - divus - bargs - biete - dalās - dejas - ikros - Ināra - kaila - kalte - katrs - kazas - klubu - krata - Kubas - laiva - laipo - lauks - laukā - maiss - maksā - marta - maska - matos - māsas - mātes - meles - miegs - mūsos - naiva - piepe - pilis - riets - saite - saber - sakta - saper - samts - sauja - sejas - serde - sista - skals - skats - skābs - skola - sleja - snigs - stabs - steks - steri - stils - stute - taiga - taisa - tiesa - tieva - tirgu - traka - zirgi - zivis

Jūsu atbildes tiek gaidītas "Vaduguns" redakcijā, Teātra ielā 8, līdz 10.maijam.

Maģisko vārdu mīklu atrisināja: A.Mičule (Tilža), J.Pošeika, Z.Pulča, St.Lazdiņš, Z.Bērziņa, L.Krilova, G.Amantovs (Balvi), N.Mantone (Bērzkālnes pagasts), D.Zelča (Krišjāņu pagasts).

3.kārtā veiksmē uzmaidīja NELLIJAI MANTONEI no Bērzkālnes pagasta. Pēc balvas griezties redakcijā (līdzīgi ņemt personu apliecināšanu dokumentu).

Foto konkurss



Katra mēneša labākās fotogrāfijas autors saņems balvu. Fotogrāfijas var iesūtīt pa pastu – Balvi, Teātra ielā 8, LV-4501, vai elektroniski – vaduguns@apollo.lv. Pie foto obligāti norādāms vārds, uzvārds (vēlams - tālrunis).



Retro bildes. Iesūtīja Dzintars Putniņš no Balvu novada.

Lappusi sagatavoja E.Gabranovs

Aicina uz diskusiju

Par izmaiņām vienreizlietojamo plastmasas izstrādājumu patēriņa ierobežošanā

Latvijā 2021.gada 3. jūlijā stāsies spēkā "Likums par plastmasu saturošiem izstrādājumiem". Tas ieviešis virkni pārmaiņu, kuras izjutīs ikviens iedzīvotājs, un uzliks papildu atbildību ražotāju, tirgotāju, ēdinātāju un atkritumu apsaimniekotāju darbībā - gādāt, lai tiktu mazināta plastmasu saturošo izstrādājumu kaitīgā ietekme uz vidi, maksimāli piesakot karu virknei vienreizlietojamo plastmasas izstrādājumu.

Lai skaidrotu, kādas izmaiņas Latvijas uzņēmējiem un iedzīvotājiem ieviešis jaunais likums, "Zaļā josta" organizē bezmaksas vebināru "Nākotne bez vienreizlietojamās plastmasas", kas norisināsies 27.aprīlī plkst. no 10.00 līdz 12.00 tiešsaistē. Plašāka informācija un dalībnieku reģistrācija: www.zalajosta.lv. Vebinārā uzstāsies eksperti no "Zaļā josta", Vides aizsardzības un reģionālās attīstības ministrijas, Latvijas Lauksaimniecības universitātes, iepakojuma ražotāja "Multipack", atkritumu poligona "Getliņi EKO" un Latvijas Atkritumu saimniecības asociācijas.

"Ar iepriekš īstenotajām kampaņām un projektiem esam panākuši, ka Latvijas iedzīvotāji dod priekšroku daudzkārt lietojamam iepakojumam, uz veikalu dodas ar savu maisiņu un kafiju lej savā termokrūzē. Taču tagad ir laiks arī ražotājiem un tirgotājiem parādīt savu zaļo nostāju, sperot soli pretī ilgtspējīgai uzņēmējdarbībai," norāda "Zaļā josta" pārstāve Laima Kubliņa, uzsverot, ka viss, kas ir vienreizlietojams, nevar būt dabai draudzīgs. Jau šobrīd daudzviet tiek plaši pielietotas ilgtspējīgākas alternatīvas ierastajiem plastmasas traukiem. Arī Latvijā gan dabai draudzīgāk, gan uzņēmējiem izdevīgāk būs rast risinājumus, kā atteikties no vienreizlietojamiem traukiem pavisam.

"Mums kopīgi nepieciešams panākt, lai mēs pēc iespējas mazāk lietotu vienreizlietojamus plastmasas izstrādājumus, kas kalpo īsu laiku, bieži vien nav īsti pārstrādājami, un aizstātu tos ar atkārtoti lietojamiem un pārstrādājamiem materiāliem. Plastmasu saturošu izstrādājumu likumprojekts ir viens no pirmajiem soļiem vienreizlietojamās plastmasas

patēriņa ierobežošanā, kam sekos nākamie. Svarīgi, izglītojot un informējot sabiedrību, mainīt mūsu kopējos paradumus, arvien veicinot dabai draudzīgāku izvēju veikšanu ikdienā, gan iegādājoties preces, gan tās lietojot," uzsver Vides aizsardzības un reģionālās attīstības ministrijas Vides aizsardzības departamenta direktore Rudīte Vesere.

"Ikkatram no mums ir nepieciešams aizdomāties par vienreizlietojamo iepakojumu lietošanas nepieciešamību un biežumu, kā arī par to, kādas sekas tas atstāj uz vidi tā dzīves ciklā. Plastmasa pēc savas būtības nav ne slikta, ne laba, bet jautājums ir par to, cik daudz un kādam nolūkam mēs to izmantojam, un kādā veidā pēc izmantošanas to apsaimniekojam," norāda Latvijas Lauksaimniecības universitātes profesore Sandra Muižniece-Brasava.

"Lai gan ražotāji vienreizlietojamo plastmasas izstrādājumu ražošanā aizvien vairāk izmanto bioloģiski noārdāmu un rūpnieciski kompostējamu plastmasu, uzsverot to noārdīšanās spējas, tomēr to pārstrāde bioloģiski noārdāmo atkritumu pārstrādes kompleksā būs ierobežota," situācijas nopietnību uzsver SIA "Getliņi EKO" vides projektu vadītāja Baiba Rosicka, norādot, ka ir nepieciešama cieša sadarbība starp visām produkta dzīves cikla iesaistītajām pusēm, lai teorētiski iespējamā iepakojumu un trauku pārstrāde varētu tikt īstenota dzīvē.

L.KUBLIŅA, SIA "Zaļā josta" mārketinga vadītāja



Pateicība

Lai visiem jums labi klājas,
Es aizlūgšu eņģeļiem.

(R.Urtāne)

Šos vārdus, nu jau no Mūžības,
visiem mīļajiem kolēģiem, radiem,
draugiem, paziņām saka ANNA
PUNDURE, un pateicībā par saņemto
līdzjūtību tiem pievienojas
LĪNA, EDGARS, AIGARS AR ĢIMENI UN MĀSAS.



Īsumā

Jauns energomarķējums

Šī gada 1.martā stāties spēkā ES regulējums par jaunu energomarķējuma ieviešanu vairākām elektropreču grupām.

Jaunais marķējums ieviests šādām produktu grupām:

- aukstumiekārtām (mājsaimniecības ledusskapjiem un saldētavām, vīna dzesēšanas skapjiem u.c.);
- veļas mazgāšanas un žāvēšanas mašīnām;
- trauku mazgāšanas mašīnām;
- TV un elektroniskajiem displejiem;
- gaismas avotiem (šai preču grupai jaunais marķējums stāties spēkā 2021.gada 1.septembrī).

Ja uz preces ir redzami abi marķējuma veidi, salīdzināšanai jāizmanto jaunais.

Galvenās atšķirības starp veco un jauno marķējumu:

- jaunajā marķējumā visiem produktiem izmantota vienota A-G skala (augstākās klases produkti tirgū šobrīd praktiski nebūs pieejami);

- marķējuma augšējā labajā stūrī ir ieviests QR kods, kas nodrošina tiešu saikni ar EPREL publiski pieejamo datu bāzi, kurā ir pieejams iekārtas energomarķējums un datu lapa. Ražotājiem EPREL datu bāzē ir jāreģistrē produkti, kas laisti tirgū no 2019. gada 1. janvāra;

- jaunas datu lapas;
- jaunas energomarķējuma ikonas tiešsaistes tirdzniecībā - blakus energomarķējuma klasei izvietota atzīme par skalu A-G.

Vēršam uzmanību, ka prasības, kas attiecināmas uz energomarķējuma izvietojumu, nav mainījušās. PTAC turpina iepriekšējos gados aizsāktu darbu, pārbaudot energoefektivitātes marķējuma norādīšanu tiešsaistes interneta veikalos. Jaunā marķējuma pārbaude ir daļa no līdz šim ierastajām pārbaudēm, kurās tiek pārbaudīts, vai ir marķējums un datu lapa, vai tie ir pareizi (arī jaunā marķējuma forma) un vai tie ir pareizi izvietoti.

Ieviesti jauni pasākumi cīņā pret uzturlīdzekļu nemaksātājiem

Saeima galīgajā lasījumā atbalstīja Tieslietu ministrijas izstrādātos Uzturlīdzekļu garantiju fonda likuma grozījumus, kas paredz uzturlīdzekļu parāda lietas nodošanu ārpusstiesas piedziņai un aizliegumu uzturlīdzekļu parādniekiem spēlēt azartspēles.

Pilotprojekta ietvaros ārpusstiesas piedziņu piesaiste tiks veikta pirms Uzturlīdzekļu garantiju fonda administrācijas lēmuma par uzturlīdzekļu lietas nodošanu piespiedu izpildei zvērinātām tiesu izpildītājam un tiks attiecināta uz lietām, kurās lēmums pieņemts administratīvā procesa kārtībā. Norādāms, ka parādu ārpusstiesas atgūšanas process, ja parādnieks sadarbojas ar ārpusstiesas atgūvēju un nomaksā parādu, rada parādniekam mazākus papildu izdevumus un ir trīs reizes lētāks nekā piespiedu izpildes process pie tiesu izpildītāja. Vienlaikus parāda atgūšanai ārpusstiesas piedziņas pakalpojumu sniedzēju darbība balstīta uz intensīvu komunikāciju ar parādnieku, vēršot parādnieka uzmanību uz potenciālajām sekām un aicinot labprātīgi izpildīt saistības, tādējādi sekmējot saistību izpildi un samazinot kopējā parāda pret valsti apmēru, kas pašlaik ir 413 127 055 eiro. Regulējums stāties spēkā 2021. gada 1.septembrī.

Tāpat atbalstītie grozījumi paredz aizliegumu uzturlīdzekļu parādniekiem spēlēt azartspēles un interaktīvās azartspēles, kā arī piedalīties interaktīvajās izlozēs. Azartspēļu organizētājam būs pienākums azartspēļu organizēšanas vietā pārliecināties, vai persona nav uzturlīdzekļu parādnieks, liedzot tai atrasties spēļu organizēšanas vietā. Regulējums stāties spēkā 2021. gada 1.maijā.

Der zināt

Asistenta pakalpojuma nodrošināšana pēc ārkārtējās situācijas atcelšanas

Ar ārkārtējās situācijas izsludināšanu no 2020.gada 9.novembra līdz šī gada 6.aprīlim spēkā bija Ministru kabineta 2012.gada 18.decembra noteikumu Nr.942 "Kārtība, kādā piešķir un finansē asistenta pakalpojumu pašvaldībā, augstskolā un koledžā" norma, kas noteica, ka ārkārtējās situācijas laikā asistenta pakalpojumam piešķirtās un neizmantotās stundas persona ar invaliditāti var izmantot sociālās iekļaušanās jeb brīvā laika pavadīšanas pasākumiem, nepārsniedzot personas iepriekšējos trijos kalendāra mēnešos vidēji vienā mēnesī izmantoto stundu skaitu.

Ar šī gada 7.aprīli ārkārtējā situācija valstī atcelta, tomēr virkne epidemioloģiskās drošības pasākumu joprojām paliek spēkā, līdz ar to ir veikti grozījumi Ministru kabineta noteikumos Nr.360 "Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai", kas nosaka, ka laika periodā, kamēr spēkā ir epidemioloģiskās drošības pasākumi, kuri liegs personām ar invaliditāti pilnvērtīgi izmantot asistenta pakalpojumu, to varēs saņemt atvieglotā kārtībā, kāda tā bija ārkārtējās situācijas laikā.

Tātad asistenta pakalpojumam piešķirtās un neizmantotās stundas persona ar invaliditāti varēs izmantot sociālās iekļaušanās jeb brīvā laika pavadīšanas pasākumiem, nepārsniedzot personas iepriekšējos trijos kalendāra mēnešos vidēji vienā mēnesī izmantoto stundu skaitu, tik ilgi, kamēr valstī būs spēkā epidemioloģiskās drošības pasākumi, kuri liegs personām ar invaliditāti pilnvērtīgi izmantot asistenta pakalpojumu.

Ja asistenta pakalpojuma saņēmējs asistenta pakalpojumu epidemioloģiskās drošības pasākumu dēļ nevar izmantot atbilstoši piešķirtajiem mērķiem, tad asistentam atalgojums tiks aprēķināts atbilstoši iepriekšējos trijos mēnešos vidēji vienā mēnesī izmantotajam stundu skaitam. Asistentam un asistenta pakalpojuma saņēmējam sociālajā dienestā ir

jāiesniedz parakstīts pārskats par iepriekšējā mēnesī sniegto/saņemto asistenta pakalpojumu, bet trešo personu apliecinājumi par izmantoto stundu atbilstību nav jāsniedz.

Ja asistenta pakalpojuma saņēmējs arī epidemioloģiskās drošības pasākumu laikā var izmantot asistenta pakalpojumu piešķirtajiem mērķiem, piemēram, iet uz darbavietu, saņemt ārstniecības pakalpojumu, apmeklēt bankomātu u.c. vietas, un to var apliecināt līgumā noteiktajā kārtībā, tad reāli sniegtās asistenta pakalpojuma stundas tiks apmaksātas līdzšinējā kārtībā, t.i., saskaņā ar līgumā par asistenta pakalpojuma sniegšanu noteikto.

Atskaišu iesniegšanas procesu sociālajam dienestam ir jāorganizē pēc iespējas attālināti, izvairoties no dokumentu aprites klātienē. Par atskaišu aizpildīšanas un iesniegšanas kārtību katrā pašvaldībā un katrā individuālajā situācijā ir jāinteresējas pašvaldības sociālajā dienestā, kurš organizē atskaišu pieņemšanu.

Ja asistenta pakalpojuma saņēmējam beidzas iepriekš piešķirtā asistenta pakalpojuma lēmuma un līguma periods, tad asistenta pakalpojums bez personas iesnieguma automātiski netiek atjaunots vai pagarināts. Asistenta pakalpojuma pieprasītājam arī epidemioloģiskās drošības pasākumu laikā ir jāraksta iesniegums un pašvaldības sociālā dienesta organizētajā kārtībā jāiesniedz sociālajā dienestā. Iesniegumu par asistenta pakalpojuma piešķiršanu pašvaldības sociālais dienests izskata viena mēneša laikā, līdz ar to tas sociālajā dienestā ir jāiesniedz savlaicīgi.

Pirmreizējie asistenta pakalpojuma pieprasītāji un personas, kuras ilgstoši nav saņēmušas asistenta pakalpojumu (iepriekšējos trijos mēnešos asistenta pakalpojums nav izmantots), arī pēc ārkārtējās situācijas atcelšanas, kamēr spēkā būs epidemioloģiskās drošības pasākumi, asistenta pakalpojumu bez apliecinājumu iesniegšanas varēs saņemt ne vairāk kā 10 stundas nedēļā.

Apsveikumi

Atļauj šodien saviem gadiem ziedēt
Kā ziedlapiņām, kuras saulē plaukst,
Atļauj šodien saviem gadiem skanēt
Kā melodijai, kura sirdī šalc.
Ļauj kādam sapnim šodien zvaigznēs mirdzēt,
Lai dienu skrejā tie pie tevis trauc!

(A.Āre)

No sirds sveicam **Valentīnu Senku**
skaistajā 80 gadu jubilejā! Vēlam labu veselību,
dzīvesprieku, izturību un Dieva svētību katrai dienai.
Aloizs, Brona, Marcijanna, Anna, Ilmars,
Mičuļa un Bundžu ģimenes

Mēs gadus mērojam ar darbu,
Ko krietni paveikt ir Tavš gods.
Ar sirsniņu un klusu rūpi,
Ko allaž centies citiem dot.

Miļi sveicam **Danielu Pabērzu** 90 gadu jubilejā!
Vēlam stipru veselību un ilgus gadus vēl.
Dēla Alda ģimene Anglijā

Šodien krāšņu rožu klēpi
Dzīve lai Tev pretī sniedz.
Šodien Tava diena - īpaši tā mirdz,
Šodien Tevi vienu - apsveicam no sirds.

Daudz mīlu un siltu sveicienu

Danielam Pabērzam 90 gadu jubilejā!
Vedekla Lilija, mazmeitas Inguna un Sintija ar ģimenēm

Būt kā ābelei dāsnai un labai,
Zemei un sirdīm svētību nest.
Pavarda siltumu mīļajiem glabāt,
Zvaigžņotus sapņus dvēselēs mest!

Vismīļākie sveicieni **Ainai Prancānei**

dzīves jubilejā! Lai Tev vienmēr skaisti rīti, saulainas
dienas, laba veselība, Dieva svētība visiem
turpmākajiem gadiem.

Silvija un Jānis, Andra un Artūra ģimenes

Pērk

Z.s "Strautiņi"
iepērk **mājlopus.**
Samaksa tūlītēja. Labas cenas.
Tālr. 29411033.

IEPĒRK MĀJLOPUS
-AUGSTAS CENAS
-SAMAKSA TŪLĪTĒJA
-ELEKTRONISKIE SVARI
tel. 27777733
www.galaspārtrade.lv

SIA "RENEM"
iepērk **jaunlopus,**
aitas, liellopus.

Elektroniskie svāri.

Samaksa skaidrā naudā vai ar pārskaitījumu.
Tālr. 29996309, 26447663,
29485520, 26373728 vai uz
e-pastu:

re-nem@inbox.lv

Zvaniet - cenas mainās katru nedēļu.

Pērk mežus, zemi, izcirtumus,
cirsmas. Tālr. 29433000.

SIA "Senlejas" iepērk liellopus,
telus. BIO liellopiem augstas cenas!
Samaksa tūlītēja. Tālr. 62003939.

"Craftwood" PĒRK MEŽA
ĪPAŠUMUS visā Latvijā, cena no
1000-10000 EUR/ha. Samaksa
darījuma dienā. Tālr. 26360308.

Pērkam jūsu veco auto jebkādā
kārtībā. Tālr. 20233237.

Pārdod

Pārdod skaldītu malku.
Tālr. 26442615.

Skaldīta malka ar piegādi.
4,5 m³ - EUR 155. Tālr. 29418841.

Pārdod 3 m malku (zāģēta
decembrī). Tālr. 29165808.

Pārdod skaldītu malku ar piegādi.
Kravas cena - EUR 160.
Tālr. 26425960.

Pārdod lopbarībai: kartupeļus
(sēklas izmēra), graudus (dīgstoši).
Piegāde. Tālr. 25442582.

Z/S piedāvā jaunputnus, dējējvistas.
Iespējama piegāde. Tālr. 29186065.

Pārdod dējējvistas. Tālr. 22845900.

Pārdod gadu vecu, lecināmu teli.
Tālr. 26565419.

Pārdod grūsnu govi. Tālr. 26676295.

Pārdod bišu stropus.
Tālr. 28379136.

Pārdod bišu dravas Balvu
novadā, Kubulu pagastā un
Kārsavas novadā, Salnavas
pagastā. Visas bites ir ārstētas
un bišu saimes ir spēcīgas.
Pārdod arī biškopja inventāru.
Precīzāka informācija, sazinoties
pa tālruni 26383648.

Pārdod 2-istabu dzīvokli ar malkas
apkuri Steķentavā. Tālr. 29165808.

Pārdod mazdārzu Verpuļevā
(EUR 1200); Steķentavā
(EUR 950). Tālr. 20292294.

Pārdod ķīpu presi (Vācija).
Tālr. 26344536.

Dažādi

SPROGAS
Stādaudzētava

23.aprīlī Viļakas
pavasara gadatirgū
un

24.aprīlī Balvu tirgū
tirgos AUGĻU KOKU
STĀDUS, ZEMEŅU
STĀDUS, ATRAITNĪTES.

Skaldīta malka. Cena
23 EUR/berkubā. Piegādes
apjoms līdz 7 berkubiem. Ir sausā.
Tālr. 25543700.

Dārzu apstrādāšana.
Tālr. 26512307.

Iebūvē labierīcības privātmājās.
Remontējam piebraucamos ceļņus.
Tālr. 25685918.

Zāģējam malku.
Tālr. 22044458.

Iznomā zāles aeratoru (sūnu
plēsēju). Tālr. 29165808.

Piedāvā darbu

Steidzami meklē PĀRDEVĒJU-
KONSULTANTI mēbeļu veikalā
Balvos, kā arī ŠOFERI-
EKSPEDITORU-KRĀVĒJU.
Zvanīt pa tālr. 29439442.

Meklēju pastāvīgam darbam
STRĀDNIEKUS ar prasmēm
špaktelēšanā, krāsošanā,
apmešanā un reģipša darbos.
Tālr. 27848451.
Nemeklēju palīgstrādniekus!

Izsole



**VAS "Valsts
nekustamie īpašumi"**

(reģistrācijas Nr.40003294758)

atkārtotā elektroniskā izsolē
Elektronisko izsoļu vietnē

(https://izsoles.ta.gov.lv) ar
augšupejošu soli pārdod valsts
nekustamo īpašumu:

Garnizona ielā 31, Viļakā, Viļakas novadā (kadastra numurs
3815 003 0110), kas sastāv no zemes vienības 16010 m² platībā (zemes
vienības kadastra apzīmējums 3815 003 0110).

Izsoles sākumcena **EUR 7520**. Izsoles solis - EUR 100.

Izsoles sākums - 2021.gada 14.aprīlī, izsoles noslēgums - **2021.gada
14.maijā plkst. 13.00**.

Personām, kas vēlas piedalīties izsolē, līdz **2021.gada 4.maijam**
jāiemaksā nodrošinājuma summa 10% apmērā no izsolāmā
nekustamā īpašuma sākumcenas VAS "Valsts nekustamie īpašumi"
norēķinu kontā AS "SEB banka" kontā Nr. LV22UNLA0002200609436,
un, izmantojot Elektronisko izsoļu vietni, jānosūta lūgums autorizēt
to dalībai izsolē.

Par nosolīto objektu jānorēķinās divu nedēļu laikā.

Nekustamo īpašumu var iegādāties, izmantojot bankas aizdevumu,
slēdzot darījuma konta līgumu.

Izsoles norises noteikumi: https://izsoles.ta.gov.lv/noteikumi/1.

Saskaņot objektu apskates laiku var valsts akciju sabiedrībā "Valsts
nekustamie īpašumi", tālrunis uzziņām 80002000, 26320958.

Visām personām, kurām uz nekustamo īpašumu ir tiesības, kas
nepieļauj tā pārdošanu izsolē, jāpieteic savas prasības tiesā līdz izsoles
noslēguma dienai.

<http://www.vni.lv>

Līdzjūtības

Kad vakaram tavam neaust vairs
rīts,

Kad mūžības gājiens tev izevanīts,
Tad dvēsele brīva mūžībā iet,
Kur saule nekad vairs nenoriet.

Skumju brīdī esam kopā ar savu
**kolēģi Inesi Saidu un viņas
ģimeni, BRĀLI** kapu kalniņā
pavadot.

Viļakas pirmsskolas izglītības
iestādes kolektīvs

Kad vakaram tavam neaust vairs
rīts,

Kad mūžības gājiens tev izevanīts,
Tad dvēsele brīva mūžībā iet,
Kur saule nekad vairs nenoriet.

(F.Bārda)

Izsakām patiesu līdzjūtību **Inesei
Saidai, BRĀLI** mūžībā pavadot.
Barovsku, Borovikovu, Paškovu,
Romanovu ģimenes, J.Dortāns

Gustavam Cibulim, TĒVU
zaudējot.

Dusi saldi, mīlo tētīn,
Mūža miegs lai tev ir salds.

Auklēs tevi rasas rīti,
Ziedi klās un sniedzīnš balts.

(A.Krūklis)

Esam ar **Tevi un Tavu
ģimeni.**

3.c klases audzēkņi,
vecāki, audzinātāja

Pietrūka spēka, lai uzvarētu...

Pārtrūka stīga, kas stipra bija,
Apklusā elpa, kas elpoja vakar...

Norima sirds, kas mīlēja karsti.

Izsakām patiesu līdzjūtību **Ingai,
bērniem, tuviniekiem,
AIVARU CIBULI** mūžības ceļā
pavadot.

Brīvības 59a mājas kaimiņi

Ai, cik grūti, māmuliņ,

Tevi ceļā pavadīt.

Vai trīs baltas smilšu sauļas

Varēs tevi sasildīt?

(Z.Purvs)

Skumju un atvadu brīdī esam kopā
ar **Pēteri Smirnovu un viņa
ģimenei, MĀTI, VĪRAMĀTI** un
VECOMĀTI zemes klēpī guldot.
Rēzeknes tiesas Balvos kolektīvs

Tavs maigums, māt, man dzīvē
spēku devis,

Tu mīlestībā prati katru darbu veikt.

Šai brīdī skarajā, kad pietrūkst

tevis,

Ļauj man par visu klusi paldies teikt.

Mūsu klusa un patiesa līdzjūtība

Pētera Smirnova ģimenei un

tuviniekiem, MĀMIŅU,

VECMĀMIŅU mūžībā pavadot.

Raiņa ielas 41.nama 2.iecejas

kaimiņi

Tēt, miris esot tu...

Tam ticēt grūti,

Jo Tava balss, ik vārds vēl ausis
skan. (V.Rūja)

Sāpju brīdī esam kopā ar **Tevi,**

Alen, un pārējiem

tuviniekiem, tēti Ēvaldu

Matveju mūžības ceļā pavadot.

Bērziņš vidusskolas 12.klase,
audzinātāja, vecāki

Šie pavasara vēji brāzmojošie

Ir tavu elpu pārrāvuši pušu.

Un zilās debesis, un stari spožie

No tavām acīm gaismu aiznesuši.

Kad pa kluso mūžības ceļu aiziet

tētis, brālis **GUNĀRS KRIVIŠS,**

izsakām patiesu līdzjūtību **bērniem,**

māsai, brālim un pārējiem

piederīgajiem.

Anna, Līga, Liāna, Māriete ar

ģimenēm

Nevar pazust tas, ko mīli,

Nezūd darbs, kas krietni veikts

Ari tad, kad mūža gājums

Pārāk negaidīti beigts.

Izsakām patiesu līdzjūtību

tuviniekiem, ILGU LOČMELI

kapu kalniņā pavadot.

Briežuciema pagasta pārvaldes

kolektīvs

Vaduguns

Indekss
3004

IZNĀK OTRDIENĀS, PIEKTDIENĀS
IZDEVĒJS
SIA "BALVU VADUGUNS"
Nodokļu maksātāju apliecības Nr.
LV43203002982

REDAKCIJAS ADRESE
TEĀTRA IELĀ 8
BALVOS, LV-4501
NORĒĶINU KONTS

A.S. SEB BANKA
Nr. LV21UNLA0024000467345,
kods UNLALV2X

Publicētie materiāli ne vienmēr atspoguļo redakcijas viedokli.
Par faktu, skaitļu pareizību, kā arī par sludinājumu tekstiem
atbild to autors.

**REKLĀMA,
SLUDINĀJUMI**

D.Dimitrijeva

**T. 64507018
26161959**

REDAKTORS E.GABRANOVŠ - T. 29360850
ŽURNĀLISTI: S.KARAVOIČIKA; Z.LOGINA,
I.ZINKOVSKA, M.SPRUDŽĀNE, I.TUŠINSKA,
A.LOČMELIS - T. 29360850
KOREKTORE S.GUGĀNE
GRĀMATVEDE S.BĒRZIŅA - T. 25908200
ŠOFERIS A.KIRSANOVŠ - T. 27870730
Tālrunis-autoatbildētājs - 64520961

e-pasts: vaduguns@apollo.lv
mājaslapa: vaduguns.lv

Datorsalikums-
SIA "Balvu Vaduguns",
G.LIELMANIS
Iespēsts SIA "Latgales
Druka", Rēzeknē,
Baznīcas 28
TIRĀŽA - 3001

